

# HUMANISTINEN AMMATTIKORKEAKOULU

## OPINNÄYTETYÖ

### **Nuorten osallistuminen urheiluseuratoimintaan**

*Emmi Muhonen*

Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma 210op

11/2010

# HUMANISTINEN AMMATTIKORKEAKOULU

## Koulutusohjelman nimi

### TIIVISTELMÄ

<b>Työn tekijä</b> Emmi Muhonen	<b>Sivumäärä</b> 42 ja 5 liitesivua
<b>Työn nimi</b> Nuorten osallistuminen urheiluseuratoimintaan	
<b>Ohjaava(t) opettaja(t)</b> Jussi Ronkainen	
<b>Työn tilaaja ja/tai työelämäohjaaja</b> Pohjois-Karjalan Liikunta ry, Pasi Majoinen	
<b>Tiivistelmä</b> <p>Tämä opinnäytetyö on tehty Pohjois-Karjalan Liikunta ry:lle (Pokali). Pohjois-Karjalan Liikunta ry on alueellinen liikunnan ja urheilun kehittämisorganisaatio, joka on perustettu Joensuuhun 1997.</p> <p>Tutkimukseni tavoitteena oli selvittää nuorten osallistumista urheiluseuratoimintaan. Nuorilta kartoitettiin heidän liikunta-aktiivisuuttaan sekä osallistumista seuratoimintaan. Erilaisin kysymyksin kysyttiin lisäksi nuorten kiinnostusta osallistua urheiluseuratoimintaan.</p> <p>Tutkimus on toteutettu keväällä 2010 nuorille, jotka toimivat ohjaajina Your Move – tapahtumassa Joensuussa. Tutkimukseen osallistui 139 nuorta ja he olivat iältään 13–19-vuotiaita. Tutkimus toteutettiin kvantitatiivisena tutkimuksena kyselylomakkeella. Lomake sisälsi pääasiassa strukturoituja kysymyksiä, mutta joukossa oli myös joitakin avoimia kysymyksiä. Vastaukset analysoitiin SPSS-ohjelmalla.</p> <p>On mahdollista, että kyselyyn vastanneet nuoret ovat valmiiksi keskivertoa aktiivisempia. Tämän takia tutkimuksen tuloksia on syytä tarkastella varauksella. Tutkimuksesta nousi selvästi esille nuorten kiinnostus urheiluseurojen harrasteryhmätoimintaa kohtaan. Valtaosa tutkimukseen osallistuneista nuorista on tyytyväinen asuinpaikkansa tarjoamaan urheiluseuratoimintaan.</p> <p>Tutkimus on hyödyllinen Pohjois-Karjalan Liikunnalle urheiluseurojen toiminnan kehittämistä ajatellen sekä organisaation uusien hankkeiden toiminnan suunnittelussa.</p>	
<b>Asiasanat</b> liikuntaseura, liikuntaharrastus, fyysinen aktiivisuus	

**HUMAK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES**  
**Name of the Degree Programme**

**ABSTRACT**

<b>Author</b> Emmi Muhonen	<b>Number of Pages</b> 42+5 attachments
<b>Title</b> Youth participation in sport club activities	
<b>Supervisor(s)</b> Jussi Ronkainen	
<b>Subscriber and/or Mentor</b> Pohjois-Karjalan Liikunta ry, Pasi Majoinen	
<p><b>Abstract</b></p> <p>This thesis has been done for Pohjois-Karjalan Liikunta ry. Pokali is an areal recreational organisation focused on contributing to the development of practice sports. Pokali was founded in 1997.</p> <p>The aim of this research is to find out the willingness of the youth to participate in sport clubs. The research surveys how actively the youth exercise sports and their participation in sport clubs' action. The interest in participating in sport clubs' activities was also asked.</p> <p>The research was put into practise in the spring 2010. 139 adolescents took part in this research and they were aged between 13-19 years. The youth who took part in this research, worked as instructors in Your Move event in Joensuu. The research was carried out with a quantitative questionnaire which included mainly structured questions but there were also some open-ended questions. The answers were analysed with the SPSS computer program.</p> <p>The youth who took part in this research might be already more active than the average youth. For that reason the results should not be generalised. The research revealed the willingness of the youth to participate in amateurish sport activity. The majority of the youth who took part in this research was satisfied with sport clubs resources in their place of residence.</p> <p>The research is useful for Pohjois-Karjalan Liikunta ry thinking about sport clubs' activity development and when they are planning new projects.</p>	
<b>Keywords</b> sport club, sport, physical activity	

## **TIIVISTELMÄ**

## **ABSTRACT**

## **SISÄLLYS**

1 JOHDANTO	
2 LIIKUNTA LASTEN JA NUORTEN ELÄMÄSSÄ	6
2.1 Nuoruus elämänvaiheena	6
2.2 Nuoret ja vapaa-aika	7
2.3 Nuorten hyvinvointi 2000-luvulla	9
2.4 Nuorten fyysinen aktiivisuus	10
2.5 Liikuntaharrastuksen merkitys nuorelle	11
3 URHEILUSEURATOIMINTA SUOMESSA	12
3.1 Nuori urheiluseuran jäsenenä	15
3.2 Urheiluseurojen muutokset ja tulevaisuus	16
3.3 Pohjois-Karjalan Liikunta ry (Pokali)	17
3.4 Your Move	18
4 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	19
4.1 Tutkimuksen tehtävä ja tutkimusongelmat	19
4.2 Tutkimusmenetelmät ja kohdejoukko	20
4.3 Aineiston keruu	21
4.4 Tutkimuksen luotettavuuden arviointi	22
5 TUTKIMUKSEN RAPORTOINTI	24
5.1 Aineisto	24
5.2 Harrastaminen	26
5.3 Seuratoiminta	30
6 JOHTOPÄÄTÖKSET	34
7 POHDINTA	35
LÄHTEET	39
LIITE1	43

# 1 JOHDANTO

Urheiluseurat ovat saavuttaneet vankan aseman liikunnan järjestäjinä Suomessa. Tutkimuksen mukaan hieman alle puolet lapsista ja nuorista osallistuu urheiluseuratoimintaan (Kokko 2006,64). Vaikka liikunnan harrastajamäärät niin seuratoiminnassa kuin muutenkin ovat viime vuosina nousseet, vielä yli 200 000 nuorta olisi halukas osallistumaan urheiluseuratoimintaan. (Suomen Liikunta ja Urheilu ry 2010b). Kiinnostuneita osapuolia urheiluseuratoiminnan kehittämiseen löytyy siis kaksi; innokkaat lapset ja nuoret sekä urheiluseurat. Kuinka siis saada nuorten toiveet ja urheiluseurojen käytössä olevat resurssit kohtaamaan?

Urheiluseuratoiminta luo lapsille ja nuorille paljon mahdollisuuksia harrastaa liikunnan parissa. Suomalaisten urheiluseurojen lajitarjonta on laaja ja sopiva laji löytyy laajasta tarjonnasta varmasti lähes jokaiselle seuratoiminnasta kiinnostuneelle. Tämän lisäksi seuroissa on mahdollista toimia ohjaajana erilaisissa ryhmissä ja esimerkiksi vaikuttaa seuran päätöksentekoon.

Tein opinnäytetyöni Pohjois-Karjalan Liikunta ry:lle (Pokali), jossa muun muassa suoritin kolmantena opiskeluvuotena harjoittelun. Tämän lisäksi olen ollut mukana muun muassa lasten ja nuorten erilaisissa ohjaustoiminnoissa. Näin ollen Pokali oli itselleni jo entuudestaan tuttu organisaatio ja itseä kiinnostavan aiheen löytymisen myötä oli opinnäytetyön tekeminen kyseiselle taholle luonnollinen valinta.

Aihe opinnäytetyöhöni nousi Pokalille aiemmin tehdyn opinnäytetyön pohjalta ja on monessakin mielessä hyödyllinen organisaation toimintaa ajatellen. Opinnäytetyöni aiheena on nuorten osallistuminen urheiluseuratoimintaan. Toteutin opinnäytetyöni kyselytutkimuksena keväällä 2010. Joensuussa järjestettiin toukokuussa 2010 Nuoren Suomen, Joensuun kaupungin ja Pohjois-Karjalan Liikunnan yhteistyössä nuorille suunnattu Your Move –tapahtuma. Tutkimukseni kyselyyn vastasi tuolloin 139 nuorta, jotka vastasivat Your Move –tapahtuman toimintarastien ohjaamisesta.

## 2 LIIKUNTA LASTEN JA NUORTEN ELÄMÄSSÄ

Seuraavassa luvussa käsittelen nuoruutta useammasta eri näkökulmasta tarkasteltuna. Mielestäni teoriapohjan ja tutkimuksen kannalta on tärkeää tarkastella nuoruutta yhtenä elämän ajanjaksona ja tuoda esille nuorten vapaa-aikaan ja hyvinvointiin liittyviä asioita. Näiden pohjalta on helpompi hahmottaa fyysistä aktiivisuutta ja sen merkityksiä nuoruudessa.

### 2.1 Nuoruus elämänvaiheena

Nuoruus on elämänvaihe, johon liittyy monia fyysisiä ja psyykkisiä kehitysvaiheita lapsuuden ja aikuisuuden välimaastossa (Joensuun Avoin yliopisto 2001; Himber, Laakso, Peltola, Näätänen & Vidjeskog 2003, 91). Nuoruusikään liittyy keskeisesti ihmissuhteiden kriisiksi nimitetty vaihe, jolloin nuoren läheisimmissä ihmissuhteissa tapahtuu suuria muutoksia, erityisesti suhde vanhempiin muuttuu usein etäisemmäksi. (Himberg, Laakso, Peltola, Näätänen & Vidjeskog. 2003, 95). Perhe ja kaveripiiri ovat nuorelle kaksi pääasiallista sosiaalista ympäristöä, joissa hän viettää aikaansa. Suhde vanhempiin muuttuu nuoren lisääntyneellä itsenäisyydellä sekä ajanvieton kasvaessa ikätovereiden parissa. (Nurmi, Ahonen, Lyytinen, Lyytinen, Pulkkinen & Ruoppila 2006, 130.)

Myös muu kehitys, niin fyysinen kuin psyykkinenkin suuntaavat nuorta muuttamaan suhdettaan tämän lisäksi suhteessa itseensä. Nuoret hakeutuvat aiempaa enemmän ikätovereidensa seuraan lievittääkseen aikuisuuden aiheuttamia kipuja ja selvittääkseen itseä askarruttavia asioita ryhmän kanssa. Nuori tekee kuitenkin itse valintansa ja tietää olevansa itse vastuussa teoistaan ja elää omaa elämäänsä. Nuoruuden ikävaiheesta puhuttaessa on sitä kutsuttu myös toiseksi yksilöitymisen vaiheeksi tai toiseksi psykologiseksi syntymäksi. (Himberg, Laakso, Peltola, Näätänen & Vidjeskog 2003, 95, 97.)

Nuoruuden identiteettikriisi sijoittuu useimmiten 15–20 ikävuoden maastoon, jolloin selkiytyminen aikuisen identiteettiin tapahtuu. Tuolloin nuori ei koe enää niin pakonomaista riippuvuutta ystäviinsä ja psyykkinen tukeutuminen vanhempiin vähenee. Uuden identiteetin nuori löytää etsimällä ja kokeilemalla ja oppii näin tuntemaan omat kykynsä, mahdollisuutensa ja tarpeensa. (Joensuun Avoin

yliopisto 2001.) Nuoruudessa yksilön eteen avautuu monenlaisia haasteita ja mahdollisuuksia, jotka ovat kuitenkin iän mukana muuttuvia asioita. Nuori ohjaa itse omaa elämäänsä esimerkiksi koulutus- tai ammatinvalinnalla tai hakeutumalla tiettyyn kaveripiiriin ja harrastuksiin. Nuori joutuu sopeutumaan kulloiseenkin tilanteeseen ja sopeuttamaan omia toimintatapojaan ja tavoitteitaan. Näiden valintojen ja sopeutumisen lopputuloksena nuori päätyy tiettyihin päämääriin ja lopputuloksiin elämässään kuten esimerkiksi tiettyyn harrastuspiiriin. Esimerkiksi koulu- ja urheilumenestys on yksi keskeisistä nuoren minäkuvaa määrittävistä tekijöistä. Nuoruusikää käsittelevässä psykologiassa minäkuvan määrittämistä on kutsuttu identiteetin muodostamiseksi. (Nurmi, Ahonen, Lyytinen, Lyytinen, Pulkkinen & Ruoppila. 2006, 132, 142.)

Ikätoverit ovat nuorille tärkeitä identiteetin saavuttamiseksi, sillä nuoren oma kuvan rakentaminen pohjautuu hyvin pitkälti muiden suhtautumisen perusteella (Himberg, Laakso, Peltola, Näätänen & Vidjeskog 2003, 102). Kuten edellä mainitsin, nuoruudessa samanikäisten toverien seuran merkitys kasvaa ja tällaista ilmiötä on kutsuttu jopa samanikäisten yhteiskunnaksi suhteessa aiempaan yhteiskunnan piirteeseen, jossa perhe oli tärkeä elinympäristö kaikille. (Nurmi, Ahonen, Lyytinen, Lyytinen, Pulkkinen & Ruoppila. 2006, 147.) Nuorten ystäväpiirissään nauttiman suosion yhteyttä on tutkittu sekä heidän sosiaalisiin taitoihin että hyvinvointiin. (Salmivalli 2003).

Nuoret hakeutuvat helposti samankaltaisten ihmisten pariin ja muodostavan näin ryhmiä. Näin ollen nuoret, jotka viettävät aikaansa samassa porukassa, ovat monessa suhteessa samankaltaisia. Yhdistävinä tekijöinä toimivat usein muun muassa ikä, asuinpaikka, koulu ja harrastukset sekä käsitykset omaa tulevaisuutta silmällä pitäen. (Kiuru 2008.)

## 2.2 Nuoret ja vapaa-aika

1980-luvun lopussa Thomas Ziehe loi uusi nuoriso –käsitteen, joka sai alkunsa yhteiskunnallisen muutoksen myötä. Keskeistä sille on ihmisten oman elämän jakaminen ja tematisointi erilaisiin aihepiireihin; esimerkiksi perhe, ystävät ja harrastukset yhä kasvavassa määrin. Tämän lisäksi ihmisten vaikutusmahdolli-

suudet kaikkeen muuhunkin kuin omaan itseensä ovat kasvaneet. Perinteet ovat osaltaan menettäneet merkitystään nuorten osalta ja näin ollen nuorisoon piirissä on ollut havaittavissa selvää yksilöllistymistä. Uutta nuorisoa luonnehtiviksi piirteiksi Ziehe on listannut esimerkiksi torjuvan suhtautumisen kuriin ja kontrolliin sekä auktoriteetteihin, torjuva asennoituminen työhön, joka on kurinalaista sekä kulutuksen kokemisen eräänlaisena mielihyvää tuottavana toimintana. (Ziehe 1986, 345–346.)

Ihmisillä on lisääntyneiden resurssien myötä suuremmat mahdollisuudet omien valintojensa tekemiseen. Kolmen pääoma –käsitteen omaaminen tekee valintojen tekemisen mahdolliseksi. Nyky-yhteiskunnan haasteissa mukana pysyäkseen taloudellinen, sosiaalinen ja kulttuurinen pääoma luovat parhaat mahdollisuudet selviämiseksi. Kulttuurisen pääoman puuttuminen voi nuorten kohdalla ilmetä syrjäytymisenä ja on sitä kautta omiaan aiheuttamaan muitakin ongelmia. Kuten aiemmin mainitsin, nuoret ovat omaksuneet uudenlaiset kulutustottumukset ja näin ollen taloudellisen pääoman puute ei tue nuorten omaksumaa kulutukseen suuntaavaa kulttuuria. Nuoruudessa identiteetin kehityksen kannalta tärkeässä asemassa ovat ystävät ja ilman sosiaalisia suhteita tarpeellista vuorovaikutusta ei synny. (Itkonen & Ranto 1991, 8.)

Myllyniemi tarkastelee 2009 tekemässään nuorten vapaa-aikatutkimuksessa 1200 nuoren (10–29 vuotta) vastausten voimin, millaisista asioista nuorten vapaa-aika 2000-luvulla rakentuu. (Myllyniemi 2009, 7.) Myllyniemen tutkimus paljastaa nuorten olevan huomattavasti tyytymättömämpiä vapaa-aikaansa kuin ihmissuhteisiinsa tai terveyteensä. (Myllyniemi 2009, 123). Haastatteluissa karotettiin nuorten tyytyväisyyttä elämän eri osa-alueisiin antamalla kouluarvosanoja 4-10. (Myllyniemi 2009, 118). Kaikkien nuorten vapaa-ajalle antamien arvosanojen keskiarvo lähentelee 8, joista lähes neljännes antaa arvosanaksi korkeintaan seitsemän. Tyttöjen ja poikien välillä ei ole erityisen huomattavaa eroa, mutta yleisesti ottaen pojat (k.a 8,1) ovat hieman tyttöjä (k.a 7,8) tyytyväisempiä vapaa-aikaansa. Kaikkein tyytymättömimmiksi paljastuivat 15–19-vuotiaat. Mahdollisesti tätä ilmiötä selittää kyseisen iän kasvavien vaatimusten törmäminen sekä taloudelliset ja vapaudelliset rajoitukset. Alkoholia käyttämättömät nuoret ovat myös alkoholia käyttäviä tyytyväisempiä vapaa-ajanviettoonsa. Tarkastelemalla kaikkia erilaisia vapaa-ajan toimintamuotoja, voidaan huomata



monipuolisella aktiivisuudella olevan yhteys vapaa-ajan tyytyväisyyden kanssa. Tyytyväisimmiksi osoittautuivat ne nuoret, jotka ovat mukana kaikissa erilaisissa vapaa-ajan osallistumismuodoissa kuten esimerkiksi järjestetyissä ja järjestämättömissä, yksin ja ryhmissä tapahtuvissa muodoissa. (Myllyniemi 2009, 123–126.)

### 2.3 Nuorten hyvinvointi 2000-luvulla

Valtakunnallisia kouluterveyskyselyitä toteutetaan parillisina ja parittomina vuosina eri alueille, jolloin peräkkäisten vuosien tulokset yhdistämällä on lopputuloksena koko Suomen tilannetta kuvaava aineisto. (THL 2006). Kouluterveyskyselyn raportissa tarkastellaan nuorten hyvinvoinnin kehitystä 8.- ja 9.- luokkalaisten sekä lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoiden osalta. Lisäksi raportoinnissa on mukana ammattiin opiskelevien 1. ja 2. vuoden kyselyiden tuloksia. (THL 2010, 3).

Kouluterveyskyselyiden raportti paljastaa 8.- ja 9.-luokkalaisten kärsivän aiempaa kyselytulosta enemmän päivittäisestä väsymyksestä (16 %) sekä viikoittaisista niska- ja hartiakivuista (31–33%) sekä päänsärystä. Samankaltaisia tuloksia on havaittavissa myös lukiolaisten kohdalla. Yleisesti ottaen näkemykset omasta terveydentilasta keskinkertaisena tai huonona olivat pysyneet melko samana lukiolaisten ja peruskoululaisten keskuudessa. Sekä peruskoululaisten että lukiolaisten kohdalla puolestaan ylipainoisten (n.15 %) osuus on vähentynyt aiempaan vertailukohtaan 2006/2007 nähden. (THL 2010, 26–27.) Sukupuolten välisiä eroja tarkasteltaessa tytöt kokevat hieman poikia useammin terveytensä korkeintaan keskinkertaiseksi eron ollessa viiden prosentin luokkaa. Ylipainoa ilmenee puolestaan pojilla hieman tyttöjä enemmän ja erityisesti 2000-luvulla ero kasvoi, sillä poikien (18 %) ylipaino lisääntyi tyttöjä (9 %) nopeammin. (THL 2010, 28.)

Kouluterveyskyselystä voisi nostaa esille myös nuorten terveystottumuksia koskien liikunnan harrastamista. Kahdeksan viime vuoden aikana liian vähän liikuntaa harrastavien määrä peruskoululaisten joukossa on vähentynyt 59 prosentista 52 prosenttiin. Lukiolaisten kohdalla on myös tapahtunut laskua 52 prosent-

tiin. Tarkasteltaessa tilannetta sukupuolien välillä käy ilmi tyttöjen harrastavan poikia harvemmin riittävästi liikuntaa. Huomionarvoista on kuitenkin tyttöjen ja poikien liian vähän liikuntaa harrastavien osuuksien pieneneminen, erityisesti tytöillä poikia nopeammin. (THL 2010, 31, 33). Terveystottumusten kohdalla muutokset 2000-luvulla ovat kuitenkin pääasiassa olleet positiivisia (THL 2010, 71).

## 2.4 Nuorten fyysinen aktiivisuus

Nuorista noin joka viides on täysin passiivinen liikunnan suhteen. Terveytensä puolesta riittävästi liikkuvia nuoria on hieman alle puolet. Sukupuolella ja iällä näyttää olevan vaikutusta nuorten liikunnan harrastamiseen, sillä kilpaurheilu ja fyysinen aktiivisuus yleensä vähenevät murrosiässä. 1990-luvulla nuorten liikunnan harrastaminen on lisääntynyt ja tyttöjen kohdalla tämä ilmenee poikia selvemmin. Nuorten harrastamiselle ominaista on myös laaja lajikirjo, toisin sanoen yhä useampi lapsi ja nuori harrastaa vähintään kolmea lajia ainakin satunnaisesti. (Fogelholm 2005, 159- 160.)

Kansallisen liikuntatutkimuksen mukaan 3-18-vuotiaista lapsista ja nuorista noin 90 prosenttia ilmoitti harrastavansa liikuntaa. Lapsista ja nuorista vain yhdeksän prosenttia oli tutkimuksen mukaan liikuntaa harrastamattomia. Monien lajien harrastajamäärät ovat vähentyneet edelliseen tutkimukseen verrattuna, joka osittain selittynee ikäryhmien pienenemisellä. Liikuntalajien kohdalla sukupuolen vaikutus ilmenee melko selvästi, sillä tyttöjen liikunnan harrastaminen painottuu useimmiten perusliikuntamuotoihin kun pojilla harrastuksena ovat usein jääkiekko, jalkapallo tai salibandy. Perusliikuntamuodoilla tarkoitetaan yleensä esimerkiksi kävelyä, pyöräilyä, hiihtoa, uintia, salibandyä ja voimistelua (Liikunnan ja Urheilun Maailma 1998). Huolestuttava piirre tutkimuksen kannalta on se, vaikka lähes kaikki lapset ja nuoret harrastavat liikuntaa, on heidän kuntonsa heikompi kuin aiemmin. Syynä tähän lienee arkisien toimintojen fyysisyyden väheneminen ja tätä ei edes urheilutoiminta kykene kokonaan paikkaamaan. (Suomen Liikunta ja urheilu ry 2006, 7, 10, 12.) Niiden nuorien kohdalla, jotka ovat kuuluvat urheiluseuraan tai harrastavat eri lajeja monipuolisemmin, liikunnalla on vankempi asema ja merkitys heidän elämässään. (Suomen Liikunta ja Urheilu ry 2003).

Murrosiässä noin 12–15 -vuotiaana kavereiden merkitys korostuu voimakkaasti ja samalla vanhempien vaikutus urheiluinnotukseen menettää merkitystään. Tässä ikävaiheessa monet asiat ja ongelmat askarruttavat nuorten mieltä, jolloin seurauksena saattaa olla urheiluharrastuksen lopettaminen. Murrosiässä onnistumisen elämykset lisäävät innostusta urheiluun ja kilpailuvietti korostuu. Nuorten kohdalla urheiluharrastuksen tavoitteellisuus lisääntyy, jolloin määrätietoinen harjoittelu kasvattaa asemaansa. Persoonallisuuden kehityksen näkökulmasta olisi suositeltavaa, että nuorella olisi urheilun lisäksi myös jokin muu harrastus. (Westergård 1990, 69.)

Marja Aarnio (TTM) tutki väitöskirjassaan lasten ja nuorten liikuntatottumuksia ikävuosina, jotka ovat heidän pysyvien liikunta- ja ravitsemustottumustensa kannalta kriittisimmät. Aarnion väitöskirjassa vahvistuu aikaisemmin saatu tieto siitä, että nuorten liikuntaharrastusten määrä vähenee murrosiässä ja sen jälkeen. Kansanterveydellisestä näkökulmasta tarkasteltuna liikunnan väheneminen on erittäin merkittävää. Liikuntaa harrastavat henkilöt esimerkiksi sairastavat vähemmän sydän- ja verisuonitautia sekä aikuisiän 2-tyypin diabetesta. (Suomen Liikunta ja Urheilu ry 2003.) Nuorten kohdalla erityisen haasteellista onkin heidän liikunnallisen aktiivisuutensa säilyttäminen (Fogelholm 2005, 169).

Lasten ja nuorten liikuntasuositukset on johdettu pääasiassa aikuisten suosituksista ja lasten ja nuorten tulisi harrastaa liikuntaa aikuisia runsaammin. Suositeltu liikuntamäärä nuorille on vähintään 60 minuuttia päivässä ja mielellään päivittäin toistuvana toimintona. (Fogelholm 2005, 169.) Nuorten 1999 tehdyn tapaus-tutkimuksen mukaan riittävästi eli yli neljä kertaa viikossa liikkuviksi luokiteltiin pojista 40 prosenttia ja tyttöjen kohdalla vastaava luku oli 27 prosenttia. Vuoden 1979 lukuihin (34 % ja 19 %) verrattuna riittävästi liikkuvien osuus olisi siis kasvanut. Erityisesti urheiluseuroissa tapahtuva liikunta oli nuorten kohdalla lisääntynyt. (Fogelholm 2005, 159.)

## 2.5 Liikuntaharrastuksen merkitys nuorelle

Liikuntaharrastus nähdään usein hyvässä valossa, sillä sen avulla on mahdollista saavuttaa hyvää kuntoa ja terveyttä. On hankalaa arvioida, millainen vaikutus

perheellä on lapsen liikuntaharrastukseen, sillä liiallisella kannustuksella liikunnallinen harrastus voi tuntua enemmän velvollisuudelta kuin vapaaehtoisuuteen ja omaan kiinnostukseen perustuvalta harrastukselta. (Itkonen 1990, 23.) Liikuntaharrastus voi olla urheiluseuroissa harrastettavaa liikuntaa tai omaehtoisesti tapahtuvaa omasta kunnosta ja hyvinvoinnista huolehtimista.

Vanhempien tulisi kunnioittaa lastensa itsenäisyyttä vaikuttaa ja antaa lasten ja nuorten päättää omasta harrastamisestaan. Vanhempien tehtävä ei myöskään ole asettaa urheiluun liittyviä tavoitteita lapsensa puolesta, sillä se voi vaikuttaa lapsen harrastamishalukkuuteen ja samalla lapsen sekä vanhemman väliseen suhteeseen. Tarkoituksena ei ole harrastaa liikuntaa vanhempien mieliksi, jolloin lapsi toimii epärehellisin lähtökohdin. (Itkonen 1990, 23.) Tällöin liikuntaharrastuksella on myös suuri riski lopahtaa, kun ”pakottavaa” tekijää sille ei enää ole. Toisaalta jo nuorena liikkumisen omaksuminen kiinteäksi osaksi arkielämää luultavimmin takaa liikunnan harrastamisen myös aikuisiällä.

Aktiivinen kiinnostus maan terveyteen ja hyvinvointiin on jokaisen yksilön henkilökohtainen asia. Omaehtoinen liikuntaharrastus niin tytöillä kuin pojillakin on yhteydessä selkeämmin terveystajuun kuin seuraliikunta. Terveydellä on tärkeä sija puhuttaessa yksilön omaehtoisesta liikunta-aktiivisuudesta. Tällöin on usein myös kyseessä päivittäin tehtävä valinta, jolla on erityisesti tyttöjen kohdalla yhtymäkohta aktiivisempaan terveyssuhteeseen. Seurakiinnittyminen tapahtuu yleensä sellaisessa ikävaiheessa, jossa ikätovereiden ja vanhempien vaikutus on erityisen voimakas, jolloin ei voida puhua seuraliikuntaan mukaan lähtemisen olevan omakohtainen valinta. (Koski 2006, 30.)

### 3 URHEILUSEURATOIMINTA SUOMESSA

Suomen liikunta ja urheilu on pääasiassa organisoitunut yhdistyksiksi (Heinilä 1990, 2; Suomen Liikunta ja Urheilu ry 2010a). SLU:n (2002) mukaan suomalaisten vapaa-ajanvietossa liikunta- ja urheiluseuratoiminnalla on vahva asema, sillä hieman alle puolet lapsista ja nuorista osallistuu seuratoimintaan. (Kokko 2006, 64.)

Rekisteröidyn yhdistyksen tulee noudattaa tiettyjä lainsäädännöllisiä ja hallinnollisia pykäläiä. Yhdistyslaki, liikuntalaki sekä yhdistyksen omat säännöt ovat aseuksia, joita rekisteröityneen liikunta- ja urheiluyhdistyksen tulee noudattaa. (Suomen Liikunta ja Urheilu (SLU) 2010a). Suomen lainsäädäntöön on kirjattu liikuntalaki (18.12.1998/1054), jonka tarkoituksena on

edistää liikuntaa, kilpa- ja huippu-urheilua sekä niihin liittyvää kansalaistoimintaa, edistää väestön hyvinvointia ja terveyttä sekä tukea lasten ja nuorten kasvua ja kehitystä liikunnan avulla.

Edellytysten luominen liikunnan harrastamiselle puolestaan on valtion ja kunnan tehtävä, jolloin pääasiassa liikuntajärjestöjen vastuulle jää liikunnan järjestäminen. (Liikuntalaki 18.12.1998/1054).

Liikuntaseurojen perusta on vapaaehtoisessa liikuntaharrastuksessa ja kansalaistoiminnassa. Liikuntaseurat kuuluvat aatteellisiin yhdistyksiin, jolloin niiden päätarkoituksena ei ole voiton tai taloudellisen edun tavoittelu ja näin ollen niiden katsotaan verotuksessa olevan yleishyödyllisiä yhteisöjä. Muita vapaaehtoisuuteen perustuvilla järjestöillä ominaisia piirteitä ovat esimerkiksi toiminnan suuntautuminen jäsenten kiinnostuksen mukaan, järjestön riippumattomuus ja demokraattinen päätöksenteko. (Heinilä 1990, 2-5; Suomen Liikunta ja Urheilu ry 2010a).

Suomessa ensimmäiset urheiluseurat perustettiin 1850-luvun jälkeen, jonka jälkeen niiden määrä kasvoi alussa hitaasti. Yllättävän nopeasti seurojen määrä alkoi kuitenkin kasvaa nopeammalla tahdilla. Maamme vanhimmat urheiluseurat ovatkin hieman yli satavuotiaita. Viimeisen alle sadan vuoden aikana liikunnan alalla toimivia yhdistyksiä on perustettu noin 20 000 – 30 000. Eräiden arvioiden mukaan aktiivisia liikuntaseuroja olisi tällä hetkellä noin 7000 -10000. Täysin tarkkaa tietoa aktiivisesti toimivista yhdistyksistä ei kuitenkaan ole. (Koski 2000, 27.)

Liikuntaseurat ovat yksi lasten ja nuorten monipuolisen liikunnan harrastamisen mahdollistajia. Tällöin nuorelle tarjoutuu mahdollisuus liikunnan harrastamiseen omien edellytysten ja tavoitetason mukaan. Seuratoiminta luo mahdollisuuden sosiaalistaa lapsi liikuntaan ja liikunnan avulla. Urheiluseuroja voidaankin pitää

eräänlaisina sosiaalisina yhteenliittyminä, joissa ihmiset pääsevät toistensa kanssa keskinäiseen vuorovaikutukseen. Seuratoiminnassa mukana olevien lasten ja nuorten ystäväpiiri on usein hyvinkin laaja verrattuna muita harrastuksia omaaviin lapsiin. (Koski 1994, 99.)

Liikuntaseurat tarjoavat hyvinkin erilaisia tehtäviä seuratoiminnasta kiinnostuneille (Koski 1994, 100). Liikunnalliset aktiviteetit tapahtuivat seuratoiminnan historian alkumetreillä yhdistysten toimesta, jotka olivat enemmän keskittyneet johonkin aatteelliseen toimintaan kuin itse liikunnan harrastamiseen. Esimerkkejä tällaisista yhdistyksistä ovat erilaiset raittiusseurat, nuorisoseurat sekä työväenyhdistykset. Aatteiden sija seuratoiminnassa on kuitenkin viime vuosikymmenien ja vuosien saatossa menettänyt merkitystään. (Koski 2000, 30.)

Tänä päivänä seuratoiminta voi olla lapsille ja nuorille niin liikunnan harrastamista kuin sen ohjaamista ja valmentamistakin. Nuorilla on mahdollisuus päästä vaikuttamaan urheiluseuransa asioihin ja ikänsä luomissa puitteissa osallistua myös yhdistyksen päätöksentekoon. Vaikka seuroissa niiden toiminta keskittyy pääasiassa kilpaurheiluun, liikunnan määrittelemisen sen kautta antaisi suppean kuvan toiminnasta. Kun seurojen päätarkoituksena on kilpailumenestys, on tätä kautta saatu tilaa liikuntaharrastuksen edistämiseksi. Kilpaurheilun päätehtäväkseen ilmoittaa noin kolmannes urheiluseuroista, kun vastaava luku 1990-luvuntienoilla oli 4 prosentin luokkaa. (Koski 2000, 43.)

Urheiluseuroista puhuttaessa voidaan ne jakaa karkeasti ottaen erikois- ja yleisseuroihin. Erikoisseurat ovat yhdistyksiä, jotka keskittyvät huolehtimaan yhdestä urheilulajista. Tällaisia seuroja on syntynyt esimerkiksi tietyn lajin edustajien irrottautuesssa yleisseurasta. Selityksenä tälle voi olla esimerkiksi se, etteivät yleisseurat ehkä ole kykeneviä tarjoamaan lajin kehittämiseksi riittäviä toimintamahdollisuuksia. Yleisseuroissa puolestaan selvänä etuna on toimintojen monipuolisuus. Yleisseura on toiminnaltaan joustavampi ja tällöin se mahdollistaa helpommin uusiin lajeihin ja toimintamuotoihin tutustumisen. Haasteellista tällaiselle järjestölle voi olla resurssien suuntaaminen ja kilpailuasetelman syntyminen lajien välille. Urheiluseurojen toimintaa tarkemmin hahmotettaessa voidaan ne jakaa vielä kahteen alaryhmittymään; kilpailullisiin seuroihin ja ei-kilpailullisiin seuroihin. Tällöin jaossa on siis kyse siitä, keskittyykö seura kilpai-

lutoimintaan vai onko sen toiminnan tarkoituksena liikkuminen ilman kilpailullisia tavoitteita. (Itkonen 1990, 147–149.)

Urheiluseuroille jaetaan vuosittain seuratoiminnan kehittämistukea, jota myönnettiin vuonna 2009 yhteensä 664 kehittämishankkeelle. Lasten ja nuorten liikunnan sekä aikuisliikunnan kehittämiseen myönnettiin kaiken kaikkiaan lähes 800 000 euroa, josta hieman yli 600 000 euroa suunnattiin lapsiin ja nuoriin. (Nuori Suomi ry 2009a.)

### 3.1 Nuori urheiluseuran jäsenenä

1990-luvulla suomalaisten 12–18-vuotiaiden nuorten yleisin harrastusjärjestö on urheiluseura. Itkosen ja Rannon (1991) tutkimuksen mukaan 40 prosenttia edellä mainitun ikäryhmän nuorista kuuluu urheiluseuroihin. 1990-luvun alussa suuri osa suomalaisista nuorista (44 %) ei kuitenkaan kuulunut mihinkään järjestöön. Suomalaisten nuorten kuuluminen urheiluseuroihin on melko yleistä ja mitä ilmeisimmin tämänlainen osallistuminen on lisääntymään päin. Tyttöjen ja poikien kohdalla on havaittavissa eroa, sillä tutkimuksen mukaan pojista 44 prosenttia ja tytöistä puolestaan 35 prosenttia kuului joihinkin seuroihin. Iällä näyttää tutkimuksen mukaan olevan selvää vaikutusta urheiluseuraan kuulumiseen, sillä 17–18-vuotiaista nuorista enää vai kolmannes kuului liikuntajärjestöön. (Itkonen & Ranto 1991, 17.)

Kansallisen liikuntatutkimuksen (2005–2006) mukaan 3-18-vuotiaista nuorista hieman vajaa puolet harrastaa liikuntaa urheiluseurassa. Tutkimus paljastaa poikien määrän olevan hieman tyttöjä suurempi. Vuodesta 1995 lähtien tarkasteltuna tyttöjen määrä urheiluseuratoiminnassa on kasvanut jatkuvasti, kun puolestaan poikien kohdalla on 2005–2006 vuoden kohdalla tapahtunut pieni notkahdus edellisiin vuosiin verrattuna. Urheiluseuroista jalkapallo ja voimistelu (Suomen Voimisteluliitto) houkuttelevat eniten lapsia ja nuoria liikunnan pariin. (Suomen Liikunta ja Urheilu ry 2006, 20–21, 25.)

Seuratoimintaan osallistuvien lasten ja nuorten on havaittu liikkuvan monipuolisemmin kuin seurojen ulkopuolella liikuntaa harrastavat nuoret. Kaiken kaikki-

aan lasten ja nuorten urheiluseurassa harrastamien lajien määrä on kasvanut vuoteen 1995 verrattuna. (Suomen Liikunta ja Urheilu ry 2006, 17.) Vuosien 2009–2010 Kansallinen liikuntatutkimus paljastaa 3-18-vuotiaista lapsista ja nuorista yli 90 prosentin harrastavan jotain urheilua. Urheiluseurat vetävät puoleensa aiempaa enemmän liikuntaa harrastavia lapsia ja nuoria, sillä 43 prosenttia heistä vastasi harrastavansa urheilua urheiluseurassa. Vuoteen 1995 muutosta on tapahtunut kasvavassa suhteessa liki kymmenen prosenttia, mistä huolimatta 250 000 lasta ja nuorta haluaisi osallistua urheiluseuratoimintaan. (Suomen Liikunta ja urheilu ry 2010b.)

### 3.2 Urheiluseurojen muutokset ja tulevaisuus

Suomessa seuratoiminta on muuttunut 1990-luvulta lähtien. Urheiluseuratoiminta on ammattimaistunut, minkä seurauksena myös tukijärjestelmä on kokenut muutoksia. Ammattimaistuva huippu-urheilujärjestelmä on vaatinut yhä enemmän niin taloudellisia voimavaroja kuin myös henkilötyövoimaa. Pohjaa järjestökentän kasvulle eli kolmannelle sektorille on puolestaan luonut hyvinvointivaltion kehitys. (Koski & Heikkala 1998, 150.)

1990-lama kavensi liikuntajärjestöjen julkista tukea ja havaittavissa on ollut yhteistyökumppaneiden eli sponsorien myöntämät resurssit. Uutena ilmiönä 1990-luvulta lähtien lasten ja nuorten liikunta sekä harrastusryhmätoiminta, jotka ovat nousseet huippu-urheilun toimialan rinnalle. (Koski & Heikkala 1998, 150.)

Suomalaisen liikuntakulttuurin perusidea on liikuntaseurojen toteuttama toiminta, jolle julkishallinto ja järjestöt eli valtio ja kunnat luovat edellytyksiä. Liikuntakulttuuria tuetaan julkishallinnon kautta valtionavuin. Edellytyksiä menestykselle seuratoiminnalle luovat lajiliitot ja muut järjestöt, esimerkiksi tuottamalla palveluita koulutus- ja valmennustoimintaan. (Koski & Heikkala 1998, 151.)

1990-luvulla liikunnan järjestökentässä tapahtui muutos, jonka seurauksena syntyi uudenlainen järjestörakenne. Aiemmin järjestökenttä rakentui hierarkkisesti ja keskitetysti, mutta muutoksen myötä Suomen Liikunta ja Urheilu (SLU) vetäytyi toimimaan enemmänkin yhteistyö-, palvelu- ja edunvalvontaorganisaas-



tiona ”johtajan” roolissa toimimisen sijaan. Nykyisin SLU keskittyy toimimaan muiden järjestöjen tukena, palveluorganisaationa ja yhteistyöfoorumina. Muutoksen myötä erityisesti lajiliittojen ja erityisesti toimialajärjestöjen asema on korostunut. Toimialajärjestöjen tehtävänä ovat oman toimialansa huippu-urheilun, harrasteliikunnan ja tämän lisäksi lasten ja nuorten liikunnan kehittäminen. (Koski & Heikkala 1998, 151.)

Liikuntajärjestöjen suosion yhä kasvaessa urheiluseurojen yhtenä haasteena tulevaisuudessa on luoda toimintaa mukana olevien lasten ja nuorten toiveiden mukaisesti, jota jokaiselle olisi tarjolla jotakin. (Suomen Liikunta ja Urheilu ry 2010b). Tulevaisuuden haasteena lienevätkin vapaaehtoisuuden hiipumisen asettamat puitteet. (Kokko 2006, 64). Kansallisesta liikuntatutkimuksesta 2009–2010 nousee esille myös urheiluseurojen ikärakenteen muutokset: harrastaminen aloitetaan nykyisin yhä nuorempana, jolloin valtaosa seuraharrastajista (60 %) on 11-vuotiaita ja noin 14 ikävuoden tienoilla alkaa osallistujien määrä hiipua. (Suomen Liikunta ja Urheilu ry 2010b.)

### 3.3 Pohjois-Karjalan Liikunta ry (Pokali)

Pohjois-Karjalan Liikunta ry, tuttavallisemmin Pokali, on alueellinen liikunnan ja urheilun yhteistyöorganisaatio, joka on perustettu Joensuussa lokakuussa 1997. Näin ollen kyseisellä järjestöllä on toimintavuosia takanaan jo toistakymmentä ja järjestön toiminta onkin jo hyvin vakiintunutta. (Pohjois-Karjalan Liikunta ry 2005.)

Pokali toimii maakunnallisesti Joensuun alueella liikunnan ja urheilun asiantuntija-, kehittämis-, ja yhteistyöjärjestönä. Sen päätehtävänä on pohjoiskarjalaisten hyvinvoinnin edistäminen urheilun ja liikunnan avulla. Pokalin tehtävänä on tämän lisäksi liikuntakulttuurin monipuolisuuden ja elinvoimaisuuden varmistaminen oman maakuntansa piirissä. Pokalin kohderyhmänä ovat niin lapset ja nuoret kuin myös aikuiset. (Pohjois-Karjalan Liikunta ry 2005.)

Pohjois-Karjalan Liikunta ry:tä olivat perustamassa Joensuussa pohjoiskarjalaiset urheiluseurat ja liikuntajärjestöt. (Pohjois-Karjalan Liikunta ry 2005.) Pokalin

jäsenistön muodostavat 108 urheiluseuraa. (Majoinen 2010). Pohjois-Karjalan Liikunta on Suomen Liikunta ja Urheilu ry:n (SLU) jäsen neljäntoista muun alueellisen liikuntajärjestön kanssa, joiden kanssa SLU:n lisäksi Pokali tekee tiivistä yhteistyötä. (Pohjois-Karjalan Liikunta ry 2005).

Pokalin omat tavoitteet, toimintatavat ja toiminnan sisällöt määritellään ”Liikunnan iloa” –strategiassa. Jäsenjärjestö vastaa kukin omasta toiminnastaan ja sen kehittämisestä. Resurssiensa puitteissa Pokali antaa asiantuntija-apua jäsenjärjestöjensä toiminnan kehittämisessä. Pohjois-Karjalan Liikunta ry toteuttaa jäsentensä hyväksymiä sekä valtiovallan ja asiakkaiden kanssa sovittavia tehtäviä. Pokalin toimintaa ohjaa strategia, jossa määritellään keskeiset päämäärät, toimintatavat sekä sisällöt. Tämä strategia on lisäksi keskeinen osa johtamista. Vuosittaiset strategialinjaa noudattavat tehtävät määritellään toiminta- ja taloussuunnitelmassa, josta vuosikokouksessa päättävät Pokalin jäsenjärjestöt. (Pohjois-Karjalan Liikunta ry 2005.)

### 3.4 Your Move

Your Move on kampanja, jonka kohderyhmänä ovat 13–19-vuotiaat nuoret. Kampanjan keskeisenä tehtävänä on lisätä nuorten liikkumista ja saada nuoret itse vaikuttamaan omiin harrastusmahdollisuuksiinsa. ”Ei ole väliä miten liikkuu, kunhan liikkuu”, on kampanjan keskeinen ajatus. Kyseessä on valtakunnallinen kampanja, jossa toimivat yhteistyössä Nuori Suomi, Suomen Liikunta ja Urheilu ja urheilun lajiliitot. (Your Move 2010.)

Keväällä 2010 järjestettiin Your move on tour –kiertue, jossa samankaltainen 13–19-vuotiaille suunnattu liikuntatapahtuma järjestettiin seitsemällä paikkakunnalla parin viikon aikana. Kiertue startattiin 20.5.2010 Joensuussa ja viimeinen kiertueen tapahtuma järjestettiin 3.6.2010 Turussa. (Your Move 2010a.) Kampanjan huipennuksena järjestetään Your Move –Suurtapahtuma Helsingissä 27.5–1.6.2011. (Your Move 2010b).

## 4 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Seuraavassa luvussa käsittelen tarkemmin tutkimukseni toteutusta lähtien liik-  
keelle tutkimuksen tehtävästä ja tutkimusongelmista. Tämän jälkeen luvussa  
keskitytään käytettyihin menetelmiin ja aineiston luotettavuuden pohtimiseen.

### 4.1 Tutkimuksen tehtävä ja tutkimusongelmat

Tutkimukseni keskittyy tarkastelemaan 13-19-vuotiaiden nuorten osallistumista  
urheiluseuratoimintaan Joensuun alueella.

#### Tutkimuskysymykset

1. Millaiseen urheiluseurojen toimintaan nuoret olisivat valmiita lähtemään  
mukaan?
2. Kuinka usein ja millaisin ehdoin nuoret ovat valmiita osallistumaan liikun-  
taseurojen toimintaan?
3. Ilmeneekö eri-ikäisten nuorten kohdalla merkittäviä eroja liikunnan har-  
rastamisessa ja seuratoimintaan osallistumisessa sekä kiinnostuksessa  
urheiluseuratoimintaa kohtaan?

Tutkimuksen aihe nousi esille Jantusen Annun aiemmin Pohjois-Karjalan Lii-  
kunnalle tekemästä opinnäytteestä. Jantunen teki opinnäytetyönsä ” Vauhtia  
nuorten liikunnan harrastamiseen – Mä oon täällä –ohjaajakoulutuksen vaiku-  
tukset liikuntaharrastukseen” –aiheesta. Pokalin puolelta Jantusen tutkimuksen  
kehitysidean pohjalta nousseelle tutkimukselle nähtiin tarvetta. Tutkimukseni  
tuloksia tullaan hyödyntämään Joensuun alueen urheiluseuratoimintojen kehit-  
ttämisessä, jotta nuorten ja urheiluseurojen toiveet ja toiminnot saataisiin me-  
nemään paremmin yksiin. Tällöin tarjonta toivon mukaan vastaisi entistä pa-  
remmin kysyntään ja päinvastoin.

## 4.2 Tutkimusmenetelmät ja kohdejoukko

Opinnäytteeni toteutin kvantitatiivisena survey-tutkimuksena ja otantamenetelmää hyödyntäen (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2008, 130). Otantamenetelmää käytetään usein tutkimuksen perusjoukon ollessa suuri. Otantaan vaikuttaa myös se, että koko perusjoukon tutkiminen tulisi maksamaan turhan paljon. (Heikkilä 2008, 33.) Menetelmäksi työlleni olen valinnut kyselyt. Kyselytutkimuksen eduksi voidaan listata mahdollisuus kerätä laajempikin tutkimusaineisto. Kyselytutkimus on tehokas menetelmä, sillä tutkimukseen voidaan saada mukaan monia henkilöitä ja kysymyksiä voi olla paljon. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2008, 190.)

Kyseisen menetelmän valintaan vaikutti tutkimuksen laajuus ja hyödynnettävyys. Kyselyiden avulla on mahdollisuus saada kasaan laajempikin tutkimusaineisto, mikä tässä tapauksessa on tarpeen. Saadakseni pätevän ja realistisen kuvan nuorten näkemyksistä liikuntaseurojen suhteen, tuli vastauksia saada kokoon lähtökohtaisesti reilu sata. Tällöin vastauksia saatiin kasaan sen verran, että niiden pohjalta pystyi tekemään johtopäätöksiä joensuulaisten nuorten osallistumisesta seuratoimintaan. Tutkimuksen perusjoukko on karkeasti arvioiden noin 2000 nuorta. Otos puolestaan on tässä tapauksessa vajaa 140 nuorta, jolloin uskoin saavani kasaan yli 100 kyselyyn vastaajaa. Mikäli kohderyhmän tuloksia tarkastellaan kokonaistasolla, on otoskoon suositus 100 vastausta. Mikäli taas perusjoukon ryhmiä vertaillaan keskenään, tulisi jokaisesta otosryhmästä olla mukana ainakin 30 tilastoyksikköä. (Heikkilä 2008, 45.) Tutkimukseen valikoituivat Joensuun seudulla asuvat 13–19-vuotiaat nuoret, jotka olivat ohjautuneet toimintaryhmiä Joensuussa keväällä 2010 järjestetyssä Your Move –tapahtumassa. Pohjois-Karjalan Liikunta oli Joensuun suunnalta taho, joka oli järjestämässä tapahtumaa Nuoren Suomen kanssa ja sitä kautta tavoitettiin myös kyselyyn vastanneet nuoret.

Toteutin kyselyn siis kontrolloituna kyselynä, jossa sekoittuivat sekä informoitu, että henkilökohtaisesti tarkistetun kyselyn tunnuspiirteet. Informoidulle kyselylle on ominaista tutkimuksen laatijan osallistuminen kyselyntäyttämishetkeen. Tutkimuksen laatija menee siis paikalle jakamaan lomakkeet henkilökohtaisesti, jolloin samalla usein kerrotaan tutkimuksen tarkoituksesta sekä neuvotaan ky-

selyyn vastaamisessa. Tässä tapauksessa kyselyt kerättiin vastaajilta pois, eikä jätetty heille, kuten informoidun kyselyn toteuttamisessa on tapana. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2008, 191–192.)

Lomakkeen kysymykset muodostuivat useammanlaisesta kysymystyyppistä. Kysely sisälsi muutamia avoimia eli strukturoimattomia kysymyksiä, joita käytetään yleensä silloin, kun tarkoitukseen sopivia kysymysvaihtoehtoja ei tiedetä etukäteen. Avoimet kysymykset houkuttelevat vastaamatta jättämiseen ja ovat melko työläitä käsitellä. Joitakin tietoja (esim. ikä) on helppo kysyä avoimella kysymyksellä ja luokitella se jälkikäteen ohjelman avulla. Suljetut eli strukturoidut kysymykset antavat valmiit vastausvaihtoehdot, joista ohjeistuksen mukaan rastitetaan tai ympyröidään vastaus. (Heikkilä, 2008, 49.) Valmiiden vastausvaihtoehtojen kysymykset ovat helppoja ja yksinkertaisia käsitellä ja niihin vastaaminen on nopeaa. Tällaisissa kysymystyypeissä kysymysten väärinymmärrystä on miltei mahdotonta kontrolloida, mikä voi osaltaan vääristää tuloksia. Strukturoituihin kysymykset saattavat lisäksi houkutella valitsemaan jonkin vaihtoehdon sattumanvaraisesti, mikä ei myöskään anna loppujen lopuksi todellista kuvaa henkilön vastauksista. Kysymyksessä annetuista vaihtoehdoista on suhteellisen helppo vain valita jonkin vaihtoehto ilman sen suurempaa miettimistä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2008, 193, 190.) Sekamuotoisesti esitetyissä kysymyksissä on puolestaan valmiina vastausvaihtoehtoja, mutta vastaajalla on mahdollisuus valita myös *muu* –vaihtoehto ja näin itse määritellä vastauksensa. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara. 2008, 193.)

#### 4.3 Aineiston keruu

Toteutin kyselyt toukokuussa 2010 Joensuun Areenassa järjestettävässä Your Move –tapahtumaa edeltävänä rakennuspäivänä 19.5.2010. Tapahtumaa olivat suunnittelemassa Joensuun alueen kouluista muodostetut nuorten toimintaryhmät. Toimintaryhmiä on muodostunut ympäri Pohjois-Karjalan maakuntaa eli kyselyyn vastaajat eivät ole valikoituneet vain yhteen tai kahteen kantakaupungin kouluun. Uskon tämän antaneen laajempaa kuvaa nuorten näkemyksistä ja kiinnostuksista liikuntaseuratoimintaa kohtaan. Jotta otantatutkimuksen tulokset olisivat luotettavia, tulee otoksen olla pienoiskuva perusjoukosta.

Ennen kyseistä tapahtumaa tarkoitukseni oli lähettää Pohjois-Karjalan Liikunnan kautta nuorten toimintaryhmien yhteyshenkilöinä toimiville opettajille saate, mutta tämä jäi itseltäni tekemättä. Tarkoitukseni oli kertoa tutkimukseni taustoja, ja mitä oikeastaan olen tekemässä, mutta tämän homman hoiti Pohjois-Karjalan Liikunnan puolelta toimintaorganisaation yhteyshenkilö. Vanhemmilta en kysynyt tässä tapauksessa lupaa, sillä Pokalin yhteyshenkilön näkemys oli, ettei siihen tarvinnut erillistä lupaa ja luotin tähän tietoon.

#### 4.4 Tutkimuksen luotettavuuden arviointi

Kyseisen tutkimukseen osallistuneet nuoret täyttivät kyselylomakkeet Joensuun Areenassa Your Move –tapahtumaa edeltävänä rakennuspäivänä. Nuoret istuivat katsomossa, johon heille jaettiin vastaamista varten kyselylomakkeet ja kynät. Kaikilla oli yhtä paljon aikaa vastata kysymyksiin ja lopuksi kaikki lomakkeet kerättiin vastuuhjaajien toimesta pois. Vastaajia oli kaiken kaikkiaan 139 nuorta, joista kaikki olivat etukäteen tietoisia opinnäytetyöni kyselyyn vastaamisesta.

Riskiksi kyselyiden toteuttamiselle tällaisessa tapahtumassa olisi voinut olla vastaajakato. Vaikka nuorille kerrottiin etukäteen tällaisesta tutkimuksesta, ei etukäteen voinut tietää, millaisella asenteella nuoret kyselyyn vastaisivat. Tämä riski pystyttiin kuitenkin melko hyvin minimoimaan, sillä nuoret istuivat katsomossa, jolloin heille kerrottiin ensin yleisiä asioita Your Move – tapahtumaan liittyen ja tämän jälkeen oli kyselyni täyttämisen vuoro. Pohdimme Pokalin yhteyshenkilön kanssa, mitä muita vaihtoehtoja kyselyn toteuttamiselle olisi ollut. Kysely olisi ollut mahdollista lähettää myös postitse tai Internetissä Webropol -ohjelmaa hyödyntäen tapahtumasuunnitteluun osallistuneille nuorille, jolloin olisin saanut tiedot Pohjois-Karjalan Liikunnan ja ryhmien yhteysopettajien kautta.

Tutkimuksen luotettavuuden arviointi suoritetaan erilaisia mittaus- ja tutkimustapoja hyödyntäen. Reliabiliteetista puhuttaessa sillä tarkoitetaan tutkimuksen mittaustulosten toistettavuutta. Reliaabelius eli toistettavuus tarkoittaa mittauksen tai tutkimuksen kykyä antaa ei-sattumanvaraisia tuloksia. Reliaabelius voidaan esimerkiksi todeta jos kaksi henkilöä eri tutkimuskerroilla samaa asiaa tutkiessaan saa saman tuloksen. (Hirsjärvi ym. 2008, 226.)

Luotettavuuden arvioimisessa on otettava huomioon kyselyyn vastanneiden kohdehenkilöiden aktiivisuus nuortentapahtuman järjestämisessä. Kyselyyn vastanneet nuoret ovat mitä ilmeisimmin pääasiassa hieman aktiivisempia nuoria, koska ovat vapaaehtoisesti lähteneet tapahtuman organisoimiseen mukaan. Tuloksia tarkasteltaessa tämä seikka on hyvä pitää mielessä, jottei tulosten perusteella tule tehtyä liian suoria johtopäätöksiä. Kyselyn toteuttaminen oppilaitoksissa satunnaisesti valituille nuorille voisi antaa hyvinkin erilaisia tuloksia. Täysin sattumanvaraisesti valittujen nuorten kohdalla tutkimuksen reliiäbelius kärsisi. Samanlaiselle kohdejoukolle tutkimus varmastikin antaisi samansuuntaisia tuloksia, joten siinä suhteessa tutkimukseni on mielestäni reliiäbeli.

Tutkimuksen arviointiin liittyvä toinen käsite on validius eli pätevyys. Validius tarkastelee, millainen kyky mittarilla tai tutkimusmenetelmällä on mitata sitä, mitä on tarkoituskin mitata. Vastajaat ovat esimerkiksi voineet vastata kaikkiin kyselylomakkeen kysymyksiin, mutta ymmärtää osan niistä eri tavoin kuin tutkija on itse ajatellut. Tulokset eivät ole päteviä, mikäli tutkija tällöin käsittelee saatuja tuloksia sen mukaan, kuinka itse on asiat ajatellut. (Hirsjärvi ym. 2008, 226–227.)

Kyselylomake tutkimukseni menetelmänä mielestäni tukee validiteettia, sillä monilla muilla menetelmillä ei saataisi kasaan näin suurta vastausmäärää lähes 100 prosentin vastausprosentilla. Tutkimukseni kysymykset mielestäni kokonaisuudessaan mittasivat sitä, mitä oli tarkoituskin mitata. Muotoilemalla joitakin kysymyksenasetteluja hieman eri tavalla ja pohtimalla vielä vastausvaihtoehtoja, olisi mielestäni saavutettu vielä parempia tuloksia. Muutamalla vastaajalla oli myös jäänyt joko aikapulan tai huolimattomuuden takia viimeinen sivu kokonaan tyhjäksi, tällaisia kyselylomakkeita palautui muutamia, mutta lopputuloksessa nämä eivät liene kuitenkaan ratkaisevimpia.

Joidenkin kysymyksien kohdalla tutkimuksessa vastaajat ymmärsivät kysymyksenannon eri tavalla kuin tutkimuksen tekijänä itse ne ajattelin. Vastaajilta, jotka eivät osallistuneet urheiluseuratoimintaa (51), kysyttiin, ovatko he aiemmin osallistuneet jonkin seuran toimintaan. Vastaajista 91 ilmoitti kuuluneensa aiemmin johonkin urheiluseuraan. Tässä kohtaa kysymyksen tulos ei ole luotettava, sillä 51 nuorta pyydettiin vastaamaan kysymykseen ja koska vastaajia oli yli 91, on

siihen vastannut myös sellaisia nuoria, jotka ovat jo osallisina urheiluseuroissa. Vastauksista on siis mahdotonta erotella toisistaan jo seuraan kuuluvat ja kuulumattomat. Tämän kysymyksen kohdalla ei siis voida puhua validiudesta eli pätevyydestä.

## 5 TUTKIMUKSEN RAPORTOINTI

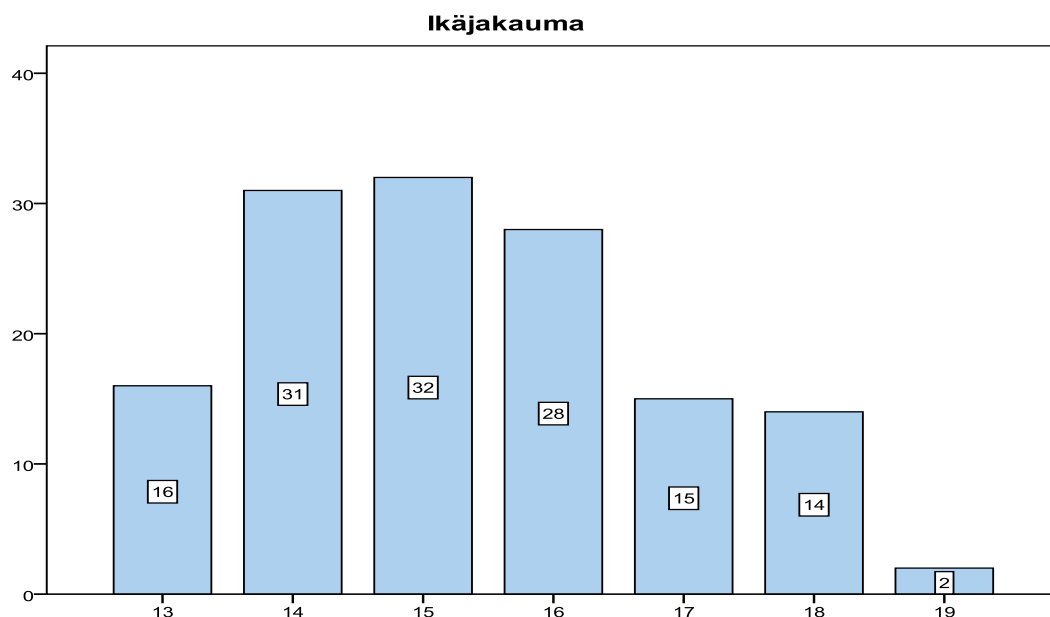
Seuraavassa luvussa käsittelen tutkimukseni aineistoa ja vertailen vastauksia eri oppilaitosten ja sukupuolten välillä. Tulosten avaamisessa on käytetty sukupuolten ja oppilaitosten välisiä eroja tarkasteltaessa ristiintaulukointia, missä on kyse kahden luokitellun muuttujan välisestä yhteydestä eli siitä, millä tavalla ne vaikuttavat toisiinsa. (Heikkilä 2008, 210).

Kysymykset oli kyselyssä listattu kolmeen osioon, joiden mukaan avaan tutkimuksessa saatuja tuloksia. Nämä kolme ryhmittymää, joiden kautta asiaa käsitelen, ovat taustakysymykset eli aineisto, harrastaminen ja seuratoiminta.

### 5.1 Aineisto

Kyselylomakkeeni jakautui kolmeen osioon, jotka sisälsivät strukturoituja, puoli-strukturoituja ja strukturoimattomia kysymyksiä. Kyselyyn vastanneiden vastausprosentti oli 100 prosenttia, sillä siihen vastasivat kaikki (n=139) paikalla olleet toimintaryhmien nuoret.

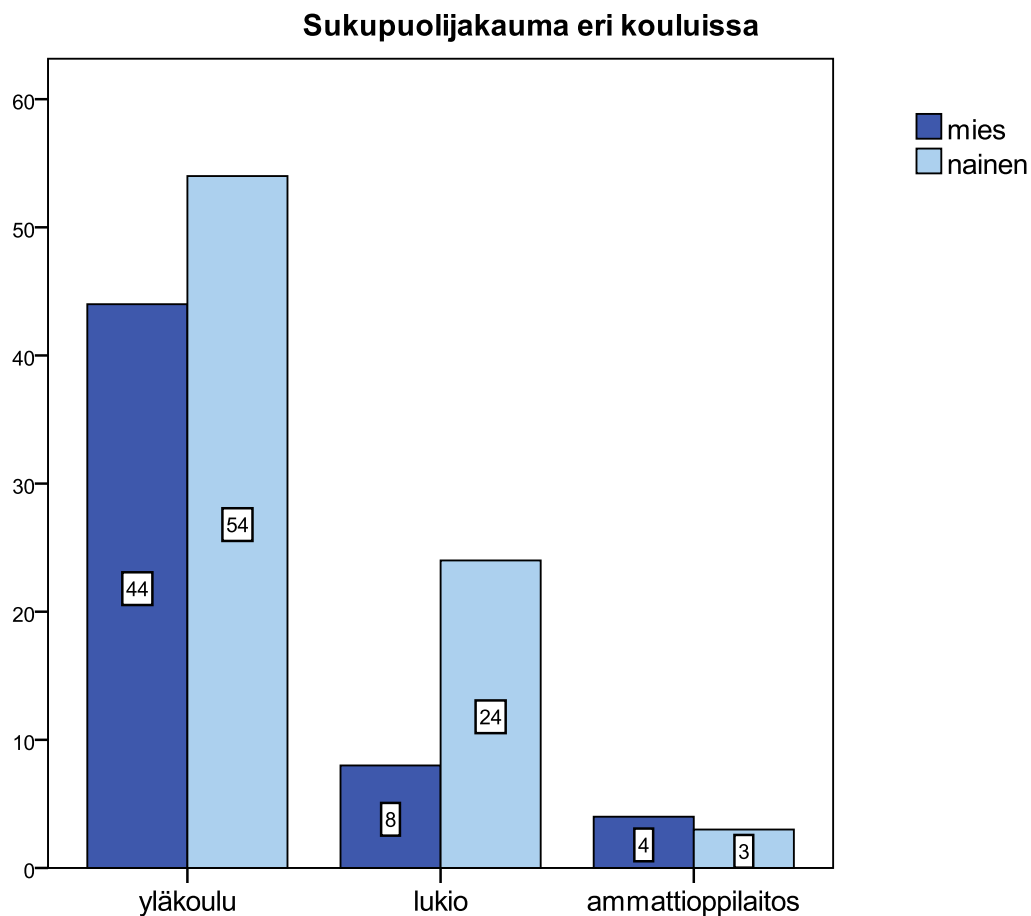




Kuvio 1. Kyselyyn vastanneiden ikäjakauma (n=138)

Taustatietoja käsittelevien kysymyksien kautta selvisi, että kyselyyn vastanneista nuorista naisia oli 81 (58,3 %) ja miehiä 56 (40,3 %). Kahden vastaajan kohdalla sukupuoli jäi epäselväksi. Kysely toteutettiin 13–19-vuotiaille Joensuun ja lähialueiden nuorille. Vastanneiden iän keskiarvoksi muodostui noin 15. Vastaa- jien joukosta miehiä oli suhteessa naisia enemmän 13-15-vuotiaiden joukossa.

Kysely siis toteutettiin Joensuun alueelta muodostetuille nuorten toimintaryhmi- le ja muutama nuori ilmoitti asuinpaikakseen muun kuin Joensuun. Asuinpai- kakseen Joensuun ilmoitti vastaajista 104, joista 71 oli yläkoululaisia, 29 lukiolai- sia ja neljä ammattioppilaitoksen opiskelijaa. Loput 25 prosenttia jakautui melko- tasaisesti muiden vastausvaihtoehtojen eli Kiihtelysvaaran, Tuupovaaran ja jon- kun muun välillä ja nämä vastaajat olivat pääasiassa yläkoululaisia. Osa nuoris- ta oli kommentoinut esimerkiksi Pyhäselän kuuluvan nykyisin Joensuuhun. Mi- käli en olisi erotellut muita lähellä olevia asuinpaikkoja Joensuun kantakaupun- gista, olisivat lähes kaikki vastaajat olleet Joensuusta. Tämä oli siis tietoinen valinta, jotta eri alueiden harrastuneisuudesta saataisiin tietoa.



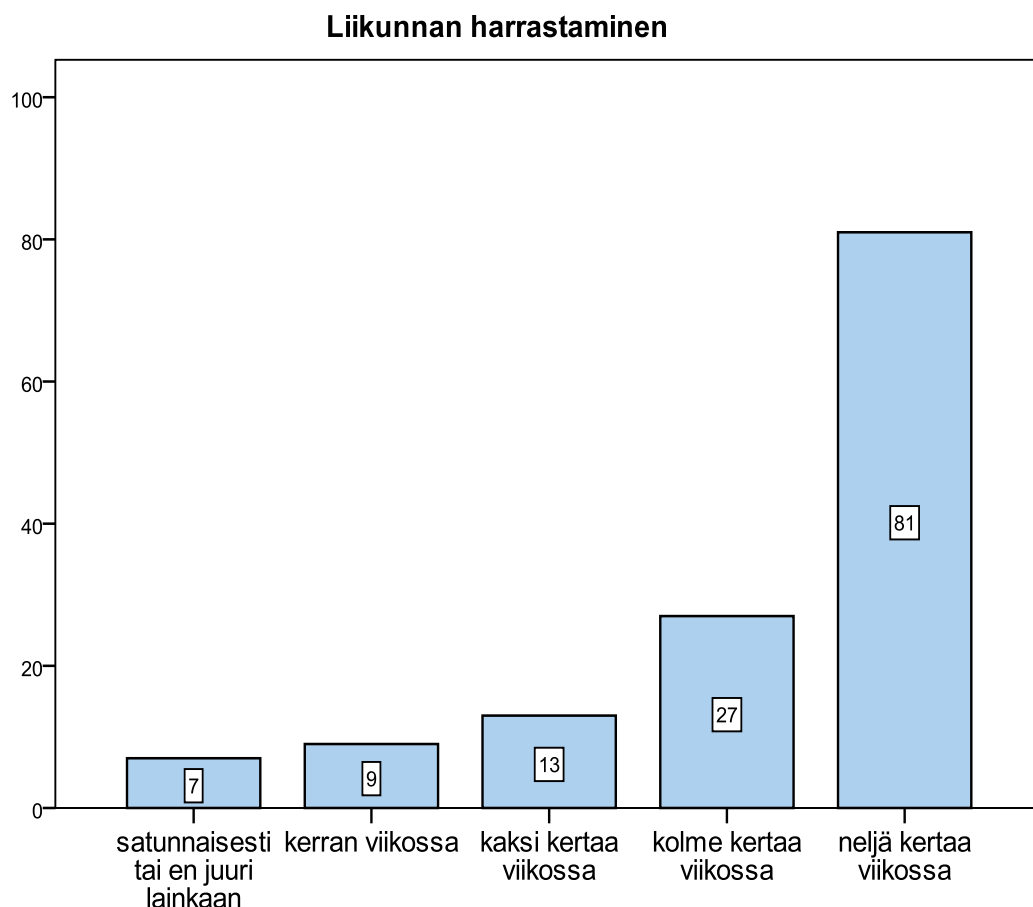
Kuvio 2. Lukiolaisten, yläkoululaisten ja ammattioppilaitoksen opiskelijoiden sukupuolijakauma (n= 137).

Viimeisenä taustatietoja käsittelevässä osiossa kysyttiin vastaajan opiskelupaikkaa. Kyselyyn vastanneista 98 (70,5 %) ilmoitti opiskelupaikakseen yläkouluun. Yläkoululaisten kohdalla sukupuolijakauma oli melko tasainen, sillä vastaajista 54 oli naisia ja 44 miehiä. Lukiossa vastanneista opiskeli puolestaan 32 (23 %), joista naisia (24) oli puolestaan huomattavasti miehiä (8) enemmän. Loput 8 vastaajaa eli (5,8 %) suoritti opintojaan ammattioppilaitoksessa miesten ja naisten määrän ollessa sama (4).

## 5.2 Harrastaminen

Liikunnan harrastamista kartoitettiin kyselyssä kahdeksan kysymyksen voimin. Niissä kysyttiin muun muassa vastaajan harrastamaa liikuntamäärää, motivoi-

jaa, liikkumista yhdessä perheen kanssa, muista harrastuksista sekä millaisesta liikunnasta vastaaja on kiinnostunut.



Kuvio 3. Nuorten viikoittain harrastama liikuntamäärä. (n=137).

Kysyttäessä nuorten liikunnan harrastamismäärää viikossa, ilmoitti noin 77 % vastaajista liikkuvansa kolme tai neljä kertaa viikossa tai jopa enemmän. Vastaajista 81 (58,3 %) ilmoitti liikkuvansa neljä kertaa viikossa tai enemmän kun taas 7 (5,0 %) vastasi liikkuvansa satunnaisesti tai ei juuri lainkaan. Miesten vastauksissa oli havaittavissa jonkin verran polarisoitumista eli ääripäiden vastauksia; noin 10 prosenttia heistä ilmoitti liikkuvansa satunnaisesti tai kerran viikossa ja 87 prosenttia puolestaan kolme tai neljä kertaa viikossa. Vain alle kaksi prosenttia harrasti liikuntaa kaksi kertaa viikossa. Naisten kohdalla ei tällaista kaksinapaistumista eli polarisoitumista ollut havaittavissa. Hieman alle puolet naisista liikkui kolme kertaa viikossa tai vähemmän ja loput 55 prosenttia harrasti liikuntaa neljä kertaa viikossa.

Kyselyyn vastanneiden liikuntaan käyttämä tuntimäärä viikossa vaihteli 0-40 tunnin välillä eli vaihtuvuutta löytyi paljon. Yläkoululaisten kohdalla puolet joukosta ilmoitti liikkuvansa 6-10 tuntia viikossa tai vähemmän, kun lukiolaisten kohdalla puolet kertoi liikkuvansa 11–15 tuntia tai vähemmän. Ammattioppilaitoksen opiskelijoiden liikunnan tuntimäärät viikkotasolla jakautuivat tasaisesti 1-15 tunnin välille. Kyselylomakkeessa (LIITE1) oli tuntimäärän perään listattu huomioitavaksi myös esimerkiksi koulumatkat, muu vapaa-aika sekä liikunta- ja välitunnit. Kaiken kaikkiaan vastauksista liikunnan määrän suhteen huomaa nuorten pääasiallisesti liikkuvan hyvin, vaikkakin polarisoitumista eli vastausten jakautumista ääripäihin on jonkin verran havaittavissa.

Tarkasteltaessa hieman lähemmin yläkoululaisten ja lukiolaisten liikunnan harastamismääriä, voi niistä havaita kunkin ryhmän liikkuvan noin neljä kertaa viikossa. Yläkoululaisten liikuntamäärät jakautuivat hieman tasaisemmin muidenkin vastausvaihtoehtojen kohdalle. Heidän joukossaan suurin osa ilmoitti liikkuvansa kolme tai neljä kertaa viikossa, mutta *satunnaisesti tai ei juuri lainkaan* – vastaajista valtaosa oli yläkoululaisia. Lukiolaisten kohdalla saattoi huomata liikkumisen painottuvan huomattavasti kolmeen tai neljään kertaa viikossa.

Lomakkeessa selvitettiin avoimella kysymyksellä, millaista liikuntaa nuoret harastavat. Vastaukset vaihtelivat laajasti laidasta laitaan, mutta joitakin linjoja niistä voidaan vetää. Tyttöjen keskuudessa suosituimpia harrastuksia olivat lenkkeily, kuntosali, pyöräily, tanssi sekä salibandy. Pojilla intressit suuntautuivat pääasiassa salibandyyn, jalkapalloon, kuntosaliin, lenkkeilyyn sekä jääkiekkoon.

Nuorilta tiedusteltiin myös, mikä motivoi heitä liikkumaan. Valmiiksi annetuista vastausvaihtoehdoista ylivoimaisesti eniten eli 71 (51,1 %) vastaajaa sai fyysisen kunnon ylläpitäminen. Tämä oli yleisin valinta sekä yläkoululaisten että lukiolaisten kohdalla. Ystävän motivoijakseen valitsi 18 (12,9 %), mikä korostui erityisesti yläkoululaisten kohdalla ja perheen valitsi puolestaan kaksi (1,4 %) vastaajaa. Muu syy –vaihtoehdon oli kysymykseen vastanneista valinnut 14 (10,1%). Muita motivoijia olivat esimerkiksi hyvä olo ja hauskanpito, kropan kunnossa pysyminen ja ulkonäkö sekä halu kehittyä ja menestyä. Tarkasteltaessa sukupuolten vastauksia erikseen, on vastauksissa havaittavissa selvää

eroavaisuutta. Miesten kohdalla motivoijana oli 66 prosentin kohdalla fyysisen kunnon ylläpitäminen, kun taas saman vastausvaihtoehdon valitsi naisista 44,4 prosenttia. Naisten kohdalla ystävien merkitys oli miehiin (10,7 %) verrattuna suurempi (14,8 %). Kysymyksen ohjeistuksessa oli pyydetty valitsemaan vain yksi vastausvaihtoehto, mutta 27 vastaajaa oli valinnut useamman. Koska he eivät olleet noudattaneet tehtävänantoa, lisäsin vastausvaihtoehtoihin kohdan 6. *useampia vastausvaihtoehtoja*.

Kyselylomakkeessa selvitettiin tarkemmin nuorten liikunnan harrastuneisuutta. 120 kysymykseen vastanneesta 50 (36 %) nuoresta ilmoitti harrastavansa liikuntaa urheiluseurassa kilpaurheiluna. Yläkoululaisista (n=98) kilpaurheilua harrasti 44, kun vastaava luku lukiolaisten (n=32) vastauksissa oli vain viisi. Kaksikymmentä vastaajaa puolestaan (14,4 %) valitsi urheiluseurassa harrasteryhmässä harrastamisen, mikä osoittautui lukiolaisten vastauksissa yleisimmäksi vastausvalinnaksi. Hieman vajaa neljännes eli 25 (18 %) vastaajaa ilmoitti harrastavansa liikuntaa kaveriporukassa kuulumatta urheiluseuraan. Omatoimisesti liikuntaa harrastavia nuoria valikoitui vastaajista 25 (18 %). Lukiolaisten vastauksissa kaveriporukassa urheileminen kuulumatta urheiluseuraan sekä omatoiminen liikunta olivat yläkoululaisiin verrattuna suuremmassa suosiossa.

Kyselyyn vastanneista valtaosa oli selvästi kiinnostukseltaan suuntautunut enemmän joukkuelajeihin, sillä kysyttäessä, millaisesta liikunnasta olet kiinnostunut, vastaajista 72 (51,8 %) valitsi kyseisen joukkuelaji -vastausvaihtoehdon. Kiinnostus joukkuelajeja kohtaa näkyi erityisesti yläkoululaisten vastauksissa, sillä heistä jopa 59 vastaajaa oli kiinnostunut nimenomaan joukkuelajeista. Lukiolaisten kohdalla kolmannes vastaajista koki joukkuelajit mieluisammaksi. Yksilölajeista kiinnostuneita oli 31 vastaajaa ja molemmista muodoista 20 nuorta (21,6 %). Näitä kahta viimeistä vastausvaihtoehtoa kannatti lukiolaisista kolmannes ja yläkoululaisista puolestaan 16 nuorta.

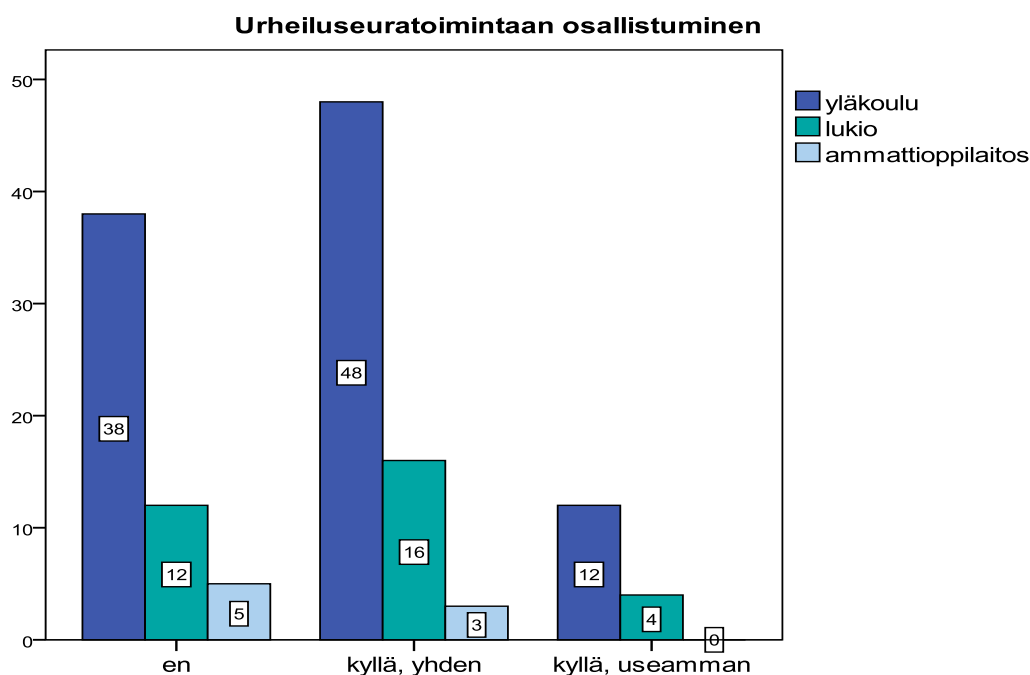
Kyselyyn vastanneiden ikähaarukan ollessa 13–19 vuotta päätin selvittää, missä määrin nuoret liikkuvat yhdessä perheensä kanssa vai liikkuvatko. Nuorista 33 (23,7 %) ilmoitti harrastavansa jotakin liikuntaa perheen kanssa kun taas nuoria, jotka eivät harrastaneet liikuntaa perheenjäsenten kanssa, valikoitui 105

(75,5 %). Useimmiten perheen kanssa harrastettu liikunta oli pyöräily, lenkkeily, hiihto, luistelu, laskettelu tai erilaiset pallopelit.

Liikunnallisten harrastusten lisäksi avoimella kysymyksellä kysyttiin, mitä muita harrastuksia nuorilla on. Muutama vastaaja ilmoitti harrastukseksi kuvataidekoulun ja saman verran kannatusta sai myös lukiolaisten liitto. Neljä vastaajaa kertoi muuksi harrastukseksi tietokoneen. Musiikillisia harrastuksia löytyi muutamilta. Kannatusta yksittäin saivat muun muassa partio, valokuvaus, metsästys sekä nuorten urheilijoiden ohjaaminen.

### 5.3 Seuratoiminta

Kolmannessa kyselyn osa-alueessa kysymykset keskittyivät seuratoimintaan, johon oli listattu kaksitoista aihepiiriä käsittelevää kysymystä.



Kuvio 4. Eri oppilaitosten opiskelijoiden osallistuminen urheiluseuratoimintaan (n= 128).

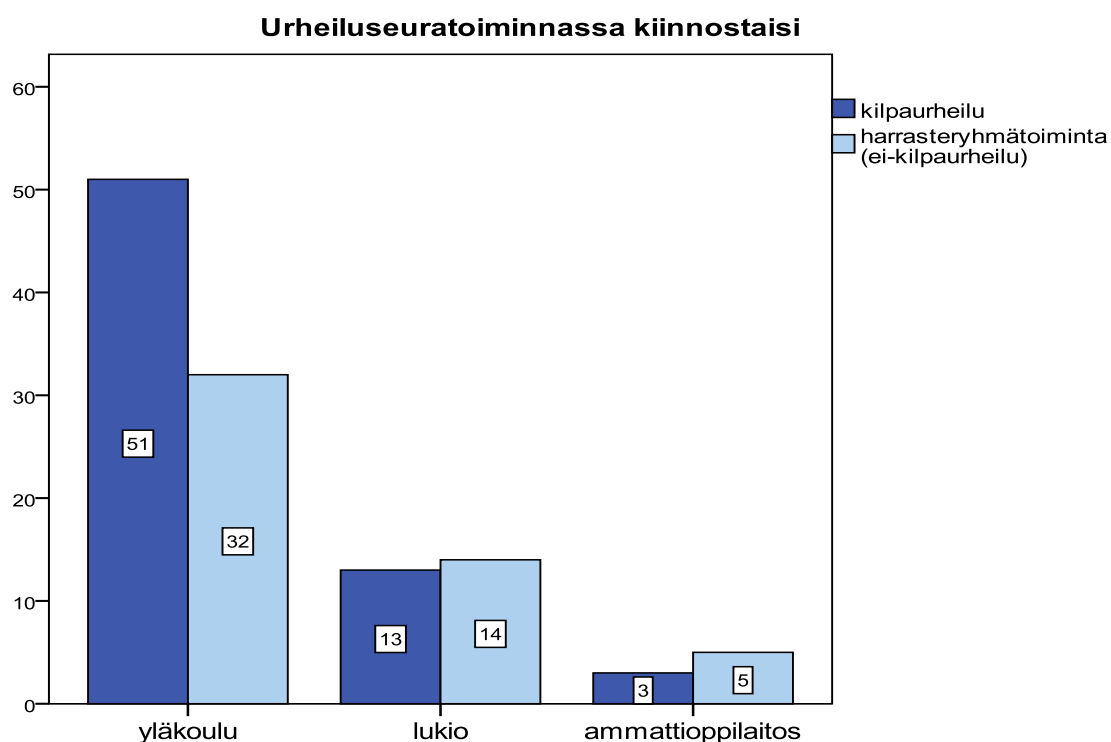
Vastaajista 55 (39,6 %) ilmoitti, ettei osallistu urheiluseuratoimintaan. Yhden urheiluseuran toimintaan nuorista kertoi osallistuvansa 67 (48,2 %) ja useamman urheiluseuran toimintaan osallistui 16 (11,5 %) nuorta. Yläkoululaisista yhden tai useamman urheiluseuran toimintaan osallistui 60 nuorta (71,2 %) ja lukiolaisista 20 nuorta (62,5 %). Kokonaisuudessaan urheiluseuratoimintaan osallistui 83 (noin 60 %) nuorta. Tarkasteltaessa asiaa sukupuolittain, tytöistä 39 ja miehistä 27 vastaajaa osallistuivat yhden urheiluseuran toimintaan, mikä on molempien sukupuolien kohdalla prosentuaalisesti noin 48 prosenttia.

Nuoria, jotka vastasivat osallistuvansa jonkin urheiluseuran toimintaan, pyydettiin vastaamaan, kuinka kauan he ovat osallistuneet urheiluseuratoimintaan. Keskimääräinen seuraan kuulumisaika oli noin 8 vuotta. Nuorista 23 oli osallistunut seuratoimintaan 6-7 vuotta. Lukiolaisista seuraan kuuluvista suurin osa (15) oli ollut mukana urheiluseuratoiminnassa 3-7 vuotta. Yläkoulu ikäisistä nuorista puolestaan 30 oli osallistunut seuratoimintaan 6-9 vuotta. Ääripäitä tarkasteltaessa 0-1 vuotta urheiluseuraan kuuluneita koko joukossa oli 13 (9,4 %) ja puolestaan 12–13 vuotta seuratoimintaan osallistuneita 4 (2,9 %).

Seuraan kuulumattomilta tiedusteltiin tämän lisäksi, miksi he eivät harrasta liikuntaa seurassa tai eivät ole osallisia urheiluseurassa. 18 nuorta ilmoitti, ettei ole kiinnostunut urheiluseuratoiminnasta ja 16 vastaajaa ei ole löytänyt sopivaa urheiluseuraa tai lajia. Lukiolaisten joukossa neljä vastaajaa ei ollut kiinnostunut seuratoiminnasta ja yläkoululaisten keskuudessa puolestaan 12. Itselleen sopivaa seuraa tai lajia ei ollut löytänyt yläkoululaisista 14 vastaajaa. Lukiolaisista vain yksi oli valinnut edellä mainitun vaihtoehdon. Kaikista kyselyyn vastanneista kuusi kertoi, ettei perheellä ollut varaa urheiluseuratoiminnasta kertyviin kustannuksiin, joista neljä oli yläkoululaisia. Positiivista vastauksissa oli se, että vain yksi vastaaja ilmoitti, ettei ole tietoinen kuntansa urheiluseuratarjonnasta. Kymmenen vastaajaa valitsi muun syyn, joita olivat esimerkiksi ajan- ja kiinnostuksenpuute.

Nuorilta kartoitettiin myös heidän kiinnostustaan eri lajeja kohtaan. Jokainen sai valita yhden lajin, josta on erityisen kiinnostunut. Kyselylomakkeeseen oli listattu 11 lajia ja annettu vielä muu vaihtoehto, johon pystyi vapaasti kirjoittamaan itseä kiinnostavan lajin, mikäli sellaista ei vastausvaihtoehdoissa jo ollut tarjolla.

Vastaajista 15 (10,8 %) valitsi kiinnostavaksi lajiksi salibandyn ja jalkapallo herätti 11 vastaajan mielenkiinnon. Jääkiekko sai 10 kannattajaa ja lentopallosta kiinnostuneita löytyi yhdeksän (9). Loput lajit eli telinevoimistelu/jumppa, kampsailulajit, koripallo, uinti, hiihto, yleisurheilu sekä ratsastus kiinnostivat aika samoissa määrin paria tai muutamaa nuorta. Muu – vastausvaihtoehto herätti 34 (24,5 %) vastaajan mielenkiinnon ja siihen listattuja lajeja olivat muun muassa pesäpallo, tanssi, moottoriurheilu, luistelu, jooga ja golf.

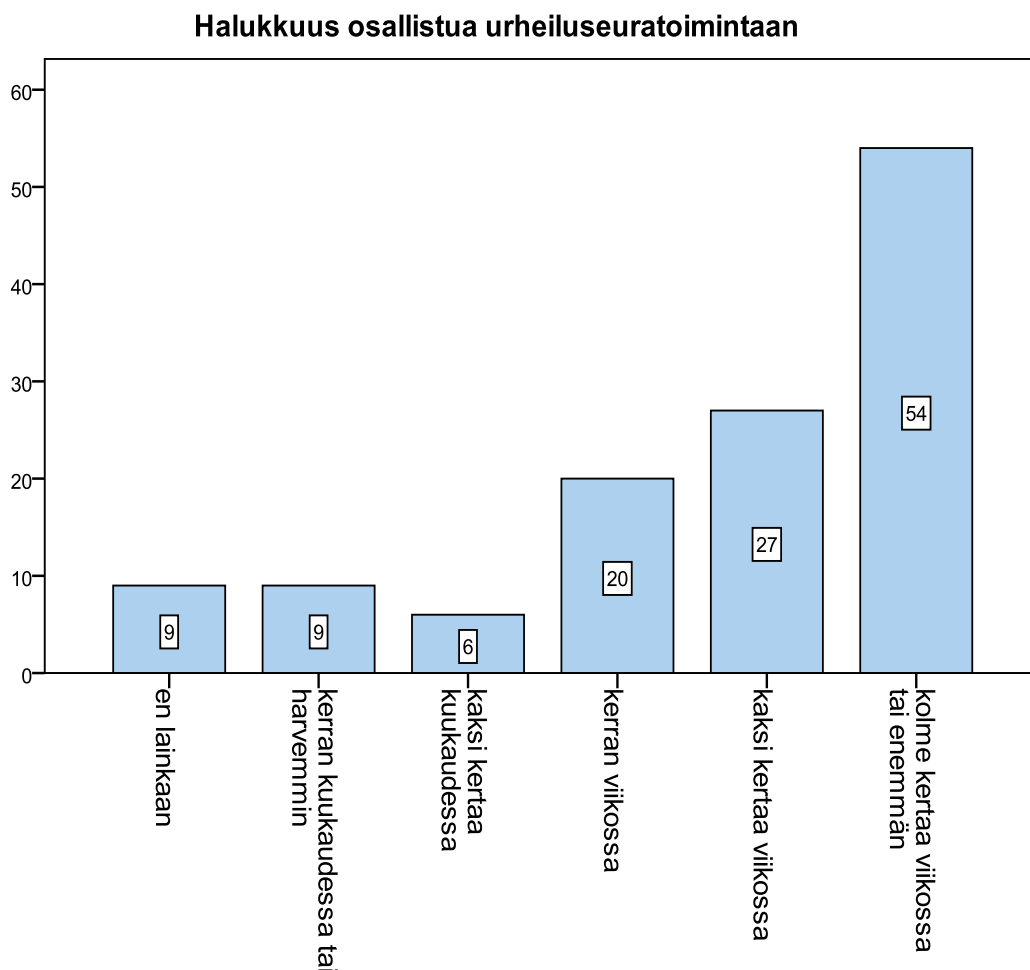


Kuvio 5. Eri koulujen opiskelijoiden kiinnostus kilpaurheilua ja harrasteryhmätoimintaa kohtaan (n=118).

Vastaajilta kysyttiin lisäksi ovatko he kiinnostuneet enemmän kilpaurheilusta vai harrasteryhmätoiminnasta (ei-kilpaurheilu). Kilpaurheilun valitsi 67 (48,2 %) vastaajaa kun taas harrasteryhmätoiminnan valitsi 50 (36,0 %) nuorta. Kysyttäessä nuorilta, mikä heitä erityisesti kiinnostaisi urheiluseuratoiminnassa, saivat he valita kaksi vastausvaihtoehtoa. Eniten kiinnostusta nuorten keskuudessa herätti liikuntaharrastus, jonka valitsi 87 vastaajaa. Myös sosiaaliset suhteet saivat kannatusta 71 kyselyyn vastanneelta. Ohjaaminen puolestaan kiinnosti 31 vas-



taajaa. Seuran asioihin vaikuttaminen ja päätöksenteko, tapahtumien järjestäminen ja muu syy saivat kukin kaksi valintaa.



Kuvio 6. Kuinka usein nuoret olisivat halukkaita osallistumaan urheiluseuratoimintaan (n=126).

Kyselyyn vastanneista 54 (38,8 %) vastaajaa oli halukas osallistumaan urheiluseuratoimintaan kolme kertaa viikossa tai enemmän, kun asiaa tiedusteltiin heiltä. Lukiolaisia näistä 54 vastaajasta oli 16 (50 %) ja yläkouluikäisiä 35 (35,7 %). Kaikista vastaajista 27 koki osallistumisen kaksi kertaa viikossa itselleen sopivaksi. Kerran viikossa urheiluseuratoimintaan haluaisi osallistua 20 nuorta. Kuusi (6) vastaajista valitsi itselleen sopivaksi osallistumismääräksi kaksi kertaa kuukaudessa. Kerran kuukaudessa tai harvemmin ja ei lainkaan – vaihtoehdot saivat molemmat yhdeksän (9) vastausta, jotka olivat pääasiassa yläkoululaisia.

Mikäli sopiva kiinnostuksen kohde löytyisi, nuorista 89 (64,0 %) olisi halukas liittymään urheiluseuraan. Vastaajista 25 (18,0 %) nuorista ei olisi halukkaita osallistumaan urheiluseuratoimintaan edes sopivan kiinnostuksen kohteen löytyessä. Syiksi tähän nuoret listasivat esimerkiksi seurojen huonon ilmapiirin ja urheiluseuraan kuulumisen myötä kokemuksen siitä, etteivät seurat ole kyseistä henkilöä varten. Miesten ja naisten kiinnostuksessa seuratoimintaa kohtaan ei ollut havaittavissa juurikaan eroja, sekä miehistä että naisista hieman yli 75 prosenttia oli kiinnostunut urheiluseuratoimintaa osallistumisesta.

Nuoret olivat pääasiallisesti tyytyväisiä asuinpaikkansa tarjoamaan urheiluseuratarjontaan. Lukiolaisista ja yläkoululaisista valtaosa oli tyytyväisiä asuinpaikkaan olemassa olevaan urheiluseuratoimintaan. Yläkoululaisten joukosta kuitenkin 10 vastaajaa vastasi asuinpaikkansa harrastusmahdollisuuksien olevan melko huonot ja lukiolaisten joukosta yksi vastaaja vastasi samoin. Nämä viimeiset vastaukset suhteutettuna lukioikäisiin ja yläkouluikäisiin vastaajiin, prosentuaalinen osuus molemmista joukoista on yhtä suuri.

Oman asuinpaikan ulkopuolella 70 (50,4 %) nuorta olisi valmis osallistumaan seuratoimintaan. Yläkoululaisten (52) voidaan todeta olevan enemmän halukkaita osallistumaan urheiluseuratoimintaan oman asuinpaikan ulkopuolella verrattuna lukioikäisiin (12). Kyselyyn vastanneista 56 vastasi kysymykseen ei, johon oli usein syynä kyytiongelmien tai ongelmien ajankäytön kanssa. Eivastanneita löytyi lukiolaisten joukosta 19 ja yläkoululaisten osuus oli puolestaan 35. Lopuksi kysyin nuorilta, millaista urheiluseuratoimintaa nuoret kaipaavat asuinpaikkaansa. Valtaosa nuorista oli tyytyväisiä jo olemassa olevaan tarjontaan. Nuoret, jotka vastasivat, etteivät ole tyytyväisiä asuinpaikkansa urheiluseuratarjontaan, asuivat usein Joensuun kantakaupungin ulkopuolella.

## 6 JOHTOPÄÄTÖKSET

Kokoan tässä luvussa yhteen keskeisimmät tutkimuksen pohjalta esille nousevat tulokset.

Esille nousi erityisesti nuorten harrastama liikuntamäärä, joka on pääasiassa linjassa yleisten lasten ja nuorten liikuntasuosituksien kanssa. Eroja lukiolaisten ja yläkoululaisten liikuntamäärästä on havaittavissa; lukiolaiset liikkuvat tuntimääräisesti ja viikkokertoja katsoen hieman yläkoululaisia enemmän. Yläkoululaisilla liikkumisen motivoija oli lukiolaisia useammin varsinkin tyttöjen kohdalla ystävät, kun lukiolaisia motivoi enemmän fyysisen kunnon ylläpitäminen.

Kuten muutamasta käyttämästäni lähteestä voi huomata, myös tutkimukseni paljasti murrosiällä olevan vaikutuksia nuorten liikuntaharrastuksiin; seuraharrastaminen vähenee yläkoulun ja lukion rajamaastossa. Kiinnostusta nuorten kohdalla löytyi perinteisempää kilpaurheilua sekä melko paljon myös harrasteryhmätoimintaa kohtaan.

Tyttöjen ja poikien välillä ei ollut juurikaan havaittavissa eroja liikunnan harrastamisessa ja seuratoimintaan osallistumisessa tai jos oli, tällöin oli kyse sattumasta. Ennako-oletuksissa odotin jonkinlaisia eroja syntyvän, mutta kyseisen vastaajaryhmän kohdalla merkittäviä eroja ei kuitenkaan ilmennyt. Tutkimuksen pohjalta nousi tämän lisäksi esille nuorten olevan pääasiassa tyytyväisiä asuinpaikkansa urheiluseuratoimintaan.

## 7 POHDINTA

Tutkimuksen tarkoitus oli ennen kaikkea saada tietoa nuorten osallistumisesta urheiluseuratoimintaan. Tutkimuskysymyksissä keskityttiin selvittämään, missä määrin ja millaiseen urheiluseuratoimintaan nuoret osallistuvat. Toinen tutkimuskysymys keskittyi selvittämään, millaisesta urheiluseuratoiminnasta nuoret ovat kiinnostuneita ja missä määrin valmiita lähtemään seuratoimintaan mukaan. Kiinnostavaa oli lisäksi selvittää, millaisia eroja yläkoululaisten ja lukiolaisten liikunnan harrastamisessa ilmenee niin seuratoiminnan tasolla kuin yleisemminkin tarkasteltuna.

Viime vuosina on mediassa uutisoitu nuorten fyysisestä passiivisuudesta, mutta tämän tutkimukseni pohjalta nousee esille nuorten fyysinen aktiivisuus, sillä

suurin osa (yli 100) kyselyyn vastanneista nuorista (n=139) ilmoitti harrastavansa liikuntaa useamman kerran viikossa. Lukiolaisten kohdalla liikkuminen painottui selvästi kolmeen tai neljään kertaan viikossa, kun taas yläkoululaisten kohdalla ei näin suurta piikkiä ollut havaittavissa. Liikunnan harrastamisen tuntimääriä käsittelevässä kysymyksessä oli pyydetty huomioimaan myös muun muassa liikunta- ja välitunnit, joten on mahdotonta sanoa, ovatko nuoret mieltäneet liikuntatunnit myös osaksi liikunnan harrastamiskertoja vai eivät. On siis toki mahdollista, että osalla nuorista viikon liikuntakerrat muodostuvat vain ja ainoastaan pakollisen koululiikunnan pohjalta.

Tutkimuksen tuloksista voi havaita selkeän yhteyden laajempiinkin tutkimustuloksiin: murrosiässä nuoret luopuvat liikunnallisista harrastuksistaan esimerkiksi urheiluseuroissa. Sukupuolella ja iällä on havaittu olevan yhteys kilpaurheilun lopettamiseen ja fyysisen aktiivisuuden vähenemiseen (Fogelholm 2009, 159–160). Tekemäni tutkimus osoittaa, että kilpaurheilevien nuorten määrä lukiolaisten joukosta on huomattavasti pienempi kuin yläkoululaisten keskuudessa. Tätä selittää osaltaan kilpaurheilun mukanaan tuomat paineet treenaamisen ja menestymisen suhteen ja nuoren kiinnostuksen suuntautuminen muun muassa kaveripiirin perässä muihin asioihin. Näin ollen lukiolaisten keskuudessa yleisin liikunnan harrastamismuoto olikin harrasteryhmätoiminta urheiluseuran piirissä.

Tutkimuksen pohjalta voi todeta poikien kohdalla perinteisten lajien olevan suosiossa kuten jääkiekon, jalkapallon ja salibandyn kohdalla kun taas tyttöjen harrastamista lajeista nousi esille lähinnä pienemmissä määrin jotkut perinteisemmät palloilulajit. Viime vuosien saatossa erilaiset tanssitunteja järjestävät tanssistudiot ja muut ryhmittymät ovat nousseet nuorten tyttöjen keskuudessa melko suureenkin suosioon, mikä ilmenee myös tutkimukseen vastanneiden tyttöjen kohdalla. Nuoret eivät ole enää kiinnostuneita vain perinteisemmistä lajeista vaan esimerkiksi omatoimisen liikunnan saralla erilaiset ryhmäliikuntatunnit ynnä muut sellaiset ovat saavuttaneet suurtakin suosiota niin nuoremman kuin varttuneemmankin väen keskuudessa, erityisesti naissukupuolen kohdalla. Erilaiset kuntokeskukset järjestävät monipuolisesti ryhmäliikuntatunteja ja tarjoavat hyvät puitteet kuntosaliharjoittelun kautta lihaskunnan harjoittamiselle ja ylläpitämiselle. Tutkimuksessa nousikin esille nuorten aktiivisuus kuntosalitreeniä kohtaan sekä sen rinnalla myös perinteinen lenkkeily.

Tutkimuksessa selvisi nuorten olevan yllättävän tyytyväisiä oman asuinpaikkansa tarjoamaan urheiluseuratoimintaan. Tätä selittänee suurilta osin se, että vastaajista valtaosa (104) ilmoitti asuinpaikakseen Joensuun. Mielestäni Joensuussa on tarjolla laajasti toimintaa eri urheiluseurojen piirissä, lajeja löytyy siis laadasta laitaan. Siirryttäessä Joensuun kantakaupungin alueelta esimerkiksi pyhäselän tai Kontiolahden puolelle, ei tyytyväisyys ollut enää niin taattu. Pienemmillä asuinpaikoilla on toki rajallisemmat resurssit tarjota toimintaa, jossa tarjonta vastaisi kysyntää. Tyytymättömiä vastaajia oli kuitenkin vain pari, josta voi päätellä nuorten osallistuvan harrastustoimintaan joko jossain muualla kuin omassa asuinpaikassa tai vaihtoehtoisesti kyseiset nuoret eivät harrasta liikuntaa urheiluseuran piirissä. Varsinaista tarvetta urheiluseuratoiminnan kehittämiseksi pienemmillä asuinpaikoilla ei kuitenkaan ilmennyt. Toisaalta tämä on taas ristiriidassa kysymyksen tulosten kanssa, jossa kysyttiin ovatko nuoret valmiita osallistumaan seuratoimintaan oman asuinpaikan ulkopuolella. Nuorista jonkin verran vastasi tähän kieltävästi ja syynä oli usein esimerkiksi kyytiongelmien tai matkustamisen kasvattama harrastamiseen kulunut aika ja sitä kautta ajanpuute.

Urheiluseuratoiminnassa nuorten kiinnostus seuratoiminnassa kohdistuu tällä hetkellä pääasiassa itse urheiluharrastukseen ja ryhmien ohjaamiseen, mutta osallistuminen seuran päätöksentekoon ja asioihin vaikuttaminen kasvattavat suosiotaan nuorten keskuudessa. Kaiken kaikkiaan nuoret ovat kiinnostuneita seuratoiminnasta ja ovat jo varsin aktiivisia urheiluseuratoimijoita. Onkin siis mielestäni erityisen tärkeää ottaa nuoria mukaan heitä koskevaan päätöksentekoon ja antaa nuorille mahdollisuuksia vaikuttaa ja sitä kautta luoda kaikkien kannalta toimivampaa seuratoimintaa.

Pohtiessani näin jälkeenpäin tekemääni kyselylomakettani, olisi siinä muun muassa voinut kysyä nuorilta sähköisen median hyödynnettävyydestä ja muista keinoista, kuinka tavoittaa nuoria tehokkaimmin esimerkiksi tiedottamisen suhteen. Samantyyppisen kyselyn toteuttaminen sattumanvaraisemmin valituille nuorille voisi myös antaa erilaisia tuloksia, vaikkakin uskon perusraamien pysyvän tuloksissa melko samana. Jonkinlainen infovihkonen Joensuun alueen urheiluseurojen tarjonnasta alueen oppilaitoksiin voisi olla toimiva tapa tuoda seuroja ja niiden mahdollisuuksia nuorten tietoisuuteen. Ajatellen seuratoiminnan ja

nuorten tarpeiden ja resurssien kohtaamista, olisi mielenkiintoista selvittää, mitkä ovat urheiluseurojen näkökulmasta heidän resurssinsa, tarpeensa sekä odotuksensa jäsenistön ja seuratoiminnan tulevaisuuden suhteen. Kaiken kaikkiaan nuorten liikuntaharrastusten tutkiminen on tärkeää, koska liikunnallinen elämäntapa osaltaan ohjaa nuoria terveellisempiin elintapoihin ja samalla nuorten tyytyväisyys omaan vapaa-aikaansa lisääntyy. (Myllyniemi 2009, 123–126).

## LÄHTEET

### **Kirjalliset lähteet**

Fogelholm, Mikael 2005. Lapset ja nuoret. Teoksessa Fogelholm, Mikael & Vuori, Ilkka. (toim.) Terveysliikunta. Jyväskylä: Duodecim, 159–170

Heikkilä, Tarja 2008. Tilastollinen tutkimus. Helsinki: Edita Prima Oy

Heinilä, Kalevi 1990. Suomalainen liikuntaseura. Liikuntatieteellisen seuran julkaisu nro 125. Jyväskylä.

Himberg, Lea & Laakso, Juhani & Peltola, Ritva & Näätänen, Risto & Vidjeskog Jan 2003. Kehittyvä ihminen. Psykologia 2. Porvoo: WS Bookwell Oy

Hirsjärvi, Sirkka & Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2008. Tutki ja kirjoita (13–14.painos). Helsinki: Tammi.

Itkonen, Hannu 1990. Seuratoiminnan moninaisuus. Teoksessa Itkonen, Hannu & Westergård, Jali (toim.) Lapsi ja nuori urheiluseurassa. Turku: Työväen urheiluliitto, 147–161

Itkonen, Hannu & Ranto, Esko 1991. Elämäntyyli, nuoriso ja liikunta. Tutkimuksia no 54. Jyväskylän yliopisto: Liikunnan sosiaalitieteiden laitos.

Kiuru, Noona 2008. The role of adolescents' peer groups in the school context. Jyväskylän yliopisto.

Kokko, Simo 2006. Terveystiedon edistäminen osana lasten ja nuorten liikunta-/urheilutoimintaa. Teoksessa Terveystaju. Nuoret, politiikka ja käytäntö. Anne Puuronen (toim.) Nuorisotutkimusverkosto. Julkaisuja 63. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy. 61–74.

Koski, Pasi 1994. Liikunta ja kansalaisaktiivisuus. Teoksessa Liikunnan yhteiskunnallinen perustelu. Jyväskylä: Liikunnan ja kansanterveyden edistämissäätiö (LIKES). Liikunnan ja terveydenedistämisen julkaisuja 90, 85–107

Koski, Pasi & Heikkala, Juha 1998. Suomalaisten urheiluorganisaatioiden muutos. Jyväskylän yliopisto. Liikunnan sosiaalitieteiden laitos. Tutkimuksia No 63/1998.

Koski, Pasi 2000. Maailma muuttuu, muuttuvatko seurat. Jyväskylän yliopisto. Liikunnan kehittämiskeskus.

Koski, Pasi 2006. Merkitysten ristiaallokossa –suhde terveyteen, alkoholiin ja liikuntaan rakentuu sosiaalisissa maailmoissa. Teoksessa Terveystaju. Nuoret, politiikka ja käytäntö. Anne Puuronen (toim.). Nuorisotutkimusverkosto. Julkaisuja 63. Tampereen Yliopistopaino Oy, Tampere. 23–32.

Majoinen, Pasi 2010. Suomen liikunnan toimikenttä.

Myllyniemi, Sami 2009. Aika vapaalla. Nuorten vapaa-aikatutkimus 2009. Helsinki: Yliopistopaino Oy.

Nurmi, Jari-Erik & Ahonen, Timo & Lyytinen, Heikki & Lyytinen, Paula & Pulkkinen, Lea & Ruoppila Isto 2006. Ihmisen psykologinen kehitys. Helsinki: WSOY

Salmivalli Christina 2003. Koulukiusaamiseen puuttuminen: kohti tehokkaita toimintamalleja. Opetus 2000 –sarja. Jyväskylä: PS-kustannus

Westergård, Jali 1990. Lapsen kehitys ja urheilu. Teoksessa Itkonen, Hannu & Westergård, Jali (toim.) Lapsi ja nuori urheiluseurassa. Turku: Työväen urheiluliitto, 69

Ziehe Thomas 1986. Inför avmystifieringen av världen –ungdom och kulturell modernisering. Teoksessa Löfgren, Mika & Molander, Anders (red.) Postmoderna tider. Stockholm: Norstedts



## Elektroniset lähteet

Joensuun Avoin yliopisto 2001. Osa II Kehityopsykologia. Viitattu 13.5.2010

<http://tkk.joensuu.fi/avoin/opiskelu/verkko-opinnot/Psyperop/PSOSA2.HTM>

Liikunnan ja Urheilun Maailma (LUM) 1998. Suomalaiset suosivat perusliikuntamuotoja. Viitattu 15.11.2010

[http://www.slu.fi/lum/7\\_98/uutiset/suomalaiset\\_suosivat\\_perusliikun/](http://www.slu.fi/lum/7_98/uutiset/suomalaiset_suosivat_perusliikun/)

Mänttari, Marko 2006. Lukioikäisten nuorten koettu fyysinen pätevyys ja fyysinen kunto. Liikuntatieteen laitos. Jyväskylän yliopisto. Pro Gradu –tutkielma.

Nuori Suomi ry 2009a. Suoraa tukea urheiluseuroille lähes 8 miljoonaa euroa. Viitattu 4.5.2010

[http://www.nuorisuomi.fi/urheiluseurat\\_ajankohtaista\\_nostot?nid=13297932](http://www.nuorisuomi.fi/urheiluseurat_ajankohtaista_nostot?nid=13297932)

Pohjois-Karjalan Liikunta ry 2005. Viitattu 15.11.2010

[www.pokali.fi](http://www.pokali.fi)

Suomen Liikunta ja Urheilu ry (SLU) 2006. Kansallinen liikuntatutkimus 2005-2006 –lapset ja nuoret. SLU:n julkaisusarja 4/06. Viitattu 28.4.2010

[http://slu-fi-bin.directo.fi/@Bin/daa599b3022c0909e1c6a745ab2cb05b/1272615743/application/pdf/119514/Kansallinenliikuntatutkimus\\_2005\\_2006lapsetjanuoret.pdf](http://slu-fi-bin.directo.fi/@Bin/daa599b3022c0909e1c6a745ab2cb05b/1272615743/application/pdf/119514/Kansallinenliikuntatutkimus_2005_2006lapsetjanuoret.pdf)

Suomen Liikunta ja Urheilu ry (SLU) 2003. Liikunnan ja Urheilun Maailma 1/03. Viitattu 24.4.2010

[http://www.slu.fi/lum/01\\_03/uutiset/nuorten\\_liikuntaharrastus\\_hiipuu/](http://www.slu.fi/lum/01_03/uutiset/nuorten_liikuntaharrastus_hiipuu/)

Suomen Liikunta ja Urheilu ry (SLU) 2010a. Seuran johtaminen ja seuratoiminta. Viitattu 4.5.2010

[http://www.slu.fi/urheiluseuroille/seuran\\_johtaminen\\_ja\\_seuratoimin/](http://www.slu.fi/urheiluseuroille/seuran_johtaminen_ja_seuratoimin/)

Suomen Liikunta ja Urheilu ry (SLU) 2010b. Kansallinen liikuntatutkimus 2009–2010: Seurassa harrastaminen kasvaa, mutta omatoiminen liikunta vähenee. Viitattu 29.8.2010 <http://www.slu.fi/?x13001=2495722>

Terveysten ja hyvinvoinnin laitos (THL) 2006. Kouluterveyskyselyn valtakunnalliset tulokset. Viitattu 24.8.2010  
<http://info.stakes.fi/kouluterveyskysely/FI/tulokset/valtak.htm>

Terveysten ja hyvinvoinnin laitos (THL) 2010. Nuorten hyvinvointi Suomessa 2000-luvulla. Kouluterveyskysely 2000-2009. Viitattu 24.8.2010  
<http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/91431fe2-cfa6-4909-9363-75eda1839dc3>

Your Move 2010. Viitattu 15.11.2010  
<http://www.yourmove.fi/yourmove/tietoa>

Your Move tapahtumat 2010. Your Move –Suurtapahtuma 2011. Viitattu 15.11.2010 <http://tapahtumat.yourmove.fi/suurtapahtuma>

## **Asiakirjalähteet**

Liikuntalaki 18.12.1998/1054

## LIITE1

## KYSELYLOMAKE

## I TAUSTATIEDOT

## 1. Sukupuoli

- 1 mies
- 2 nainen

## 2. Ikä \_\_\_\_\_

## 3. Asuinpaikka

- 1 Joensuu
- 2 Kiihtelysvaara
- 3 Pyhäselkä
- 4 Tuupovaara
- 5 Joku muu, mikä \_\_\_\_\_

## 4. Opiskelupaikka

- 1 yläkoulu
- 2 lukio
- 3 ammattioppilaitos

## II HARRASTAMINEN

## 5. Kuinka usein harrastat liikuntaa?

- 1 satunnaisesti tai en juuri lainkaan
- 2 kerran viikossa
- 3 kaksi kertaa viikossa
- 4 kolme kertaa viikossa
- 5 neljä kertaa viikossa tai enemmän

## 6. Millaista liikuntaa harrastat?

---

---

---

**7. Mikä motivoi sinua liikkumaan? Valitse yksi vaihtoehto.**

- 1 ei mikään
- 2 fyysisen kunnon ylläpitäminen
- 3 ystävät
- 4 perhe
- 5 muu, mikä \_\_\_\_\_

**8. Harrastatko liikuntaa...Valitse vaihtoehto, joka parhaiten kuvaa harrastuneisuuttasi.**

- 1 urheiluseurassa kilpaurheiluna
- 2 urheiluseurassa harrasteryhmässä
- 3 kaveriporukassa kuulumatta urheiluseuraan
- 4 omatoimisesti, mitä \_\_\_\_\_

**9. Liikun \_\_\_\_\_ tuntia viikossa.** (Esimerkiksi koulumatkat, muu vapaa-aika sekä liikunta- ja välitunnit)**10. Harrastatko liikuntaa yhdessä perheen kanssa?**

- 1 Kyllä
- 2 En

Jos vastasit kyllä, millaista liikuntaa harrastatte yhdessä perheen kanssa?

---

---

---

**11. Millaisesta liikunnasta olet kiinnostunut**

- a) yksilölajeista, erityisesti \_\_\_\_\_
- b) joukkuelajeista, erityisesti \_\_\_\_\_

**12. Mitä muita harrastuksia sinulla on?**

---

---

---

---

### III SEURATOIMINTA

#### 13. Osallistutko jonkin urheiluseuran toimintaan?

- 1 en
- 2 kyllä, yhden. Minkä \_\_\_\_\_
- 3 kyllä, useamman. Minkä \_\_\_\_\_

Jos vastasit ei, vastaa kysymyksiin 15 ja 16 ja jatka eteenpäin. Mikäli vastasit kyllä, vastaa kysymykseen 14 ja siirry tämän jälkeen kohtaan 15.

#### 14. Kuinka kauan olet osallistunut urheiluseuratoimintaan? (Esimerkiksi montako vuotta tai kuukautta) \_\_\_\_\_

#### 15. Oletko aiemmin osallistunut jonkin urheiluseuran toimintaan?

- 1 kyllä, minkä \_\_\_\_\_
- 2 en

Jos vastasit kyllä, millaisesta toiminnasta oli kyse

---

---

#### 16. Miksi et harrasta liikuntaa urheiluseurassa?

- 1 en ole kiinnostunut urheiluseuratoiminnasta
- 2 en ole löytänyt sopivaa urheiluseuraa tai lajia
- 3 en ole tietoinen kuntani urheiluseuratarjonnasta
- 4 perheelläni ei ole varaa maksaa urheiluharrastustani
- 5 muu syy, mikä \_\_\_\_\_

#### 17. Oletko erityisen kiinnostunut jostakin tietystä lajista? Valitse yksi vaihtoehto

- 1 jalkapallo
- 2 jääkiekko
- 3 salibandy
- 4 lentopallo
- 5 koripallo
- 6 telinevoimistelu/jumppa
- 7 kamppailulajit
- 8 uinti
- 9 hiihto
- 10 yleisurheilu
- 11 ratsastus
- 12 Joku muu, mikä \_\_\_\_\_

**18. Urheiluseuran jäsenenä kiinnostaisi**

- 1 kilpaurheilu
- 2 harrasteryhmätoiminta (ei-kilpaurheilu)

**19. Urheiluseuratoiminnassa kiinnostaisi erityisesti. Valitse kaksi itsellesi tärkeintä vaihtoehtoa.**

- 1 liikuntaharrastus
- 2 sosiaalisten suhteiden luominen
- 3 ohjaaminen/valmentaminen
- 4 seuran asioihin vaikuttaminen ja päätöksenteko
- 5 tapahtumien yms. järjestäminen
- 6 muu syy, mikä \_\_\_\_\_

**20. Kuinka usein olisit halukas osallistumaan urheiluseuratoimintaan?**

- 1 en lainkaan
- 2 kerran kuukaudessa tai harvemmin
- 3 kaksi kertaa kuukaudessa
- 4 kerran viikossa
- 5 kaksi kertaa viikossa
- 6 kolme kertaa viikossa tai enemmän

**21. Olisitko halukas liittymään urheiluseuraan, mikäli sopiva kiinnostuksen kohde löytyisi?**

- 1 kyllä
- 2 en, miksi \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**22. Millaisena koet asuinkuntasi harrastusmahdollisuudet?**

- 1 Erittäin hyvät
- 2 Hyvät
- 3 En osaa sanoa
- 4 Melko huonot
- 5 Erittäin huonot

**23. Olisitko valmis osallistumaan urheiluseuratoimintaan asuinkuntasi ulkopuolella?**

- 1 kyllä
- 2 en, miksi

---

---

---

---

**24. Millaista urheiluseuratoimintaa kaipaisit asuinpaikkaasi?**

---

---

---

---

**KIITOS VASTAUKSISTASI!**